

# サラリーマンの生活と生きがいの変化（団塊の世代を追って）： 第1回～第7回『サラリーマンの生活と生きがいに関する調査』の調査結果

菅谷和宏

三菱UFJ信託銀行株式会社 年金コンサルティング部 上席研究員

---

## 【 記 事 情 報 】

掲載誌：年金研究 No.19 pp.180-210 ISSN 2189-969X

オンライン掲載日：2022年3月31日

掲載ホームページ：<http://www.nensoken.or.jp/nenkinkenkyu/>

論文受理日：2022年1月24日 論文採択日：2022年3月1日

DOI：[http://doi.org/10.20739/nenkinkenkyu.19.0\\_180](http://doi.org/10.20739/nenkinkenkyu.19.0_180)

---

## 要旨

1991年の第1回調査から2021年の第7回調査までの30年間におけるサラリーマンの生活と生きがいの変化について追った結果、生きがいの保有率は、第2回調査時(1996年)の78.4%から一貫して減少しており、第7回の調査ではついに4割を切り、39.9%(前回比▲3.7%)まで低下した。また、生きがいを「持っていない」とする回答が、第1回調査時の13.1%から26.7%まで増加し、生きがいの喪失が拡大していた。

このような中、「団塊の世代」については、生きがいの保有率は第1回調査時から前回の第6回調査時まで59.0%と、同程度の水準を維持していた。本格的に就業から引退した後も、他の世代と異なり生きがいを持ち続け、「経済的ゆとり」を持ち、仕事に代わる「趣味」などに生きがいを見出している団塊の世代がいた。前回調査から5年が経過し、団塊の世代は後期高齢者と呼ばれる一歩手前の72～74歳となった。団塊の世代は相変わらず、生きがいを保有し続けているのか、分析を行ってみた。本稿では第1回調査時(40～44歳)から第7回調査時(70～74歳)まで、団塊の世代のコーホート(cohort)を抽出し、生活と生きがいの変化を追った。

その結果、驚くことに、団塊の世代において「生きがいの喪失」が見いだされた。これは、高齢化に伴い、自らの健康や家族などの「生きがい」の目標が失われたためと推測される。また、今回調査は、2020年に発生した新型コロナウイルスの影響下で、趣味や友人との交流が失われたなどの特殊要因も考慮する必要がある。

人によって生きがいは様々であるが、生きがいの対象を何に求めるのが重要となる。健康や家族のようにいずれ失われるものだけではなく、時代が経過してもなくなるものに生きがいを見出すことができれば、生きがいを持ち続けることができると考えられる。その答えの一つが「社会・地域」ではないだろうか。加齢と共に生きがいの対象を変えていくことも求められよう。

---

# 1 第1回～第7回調査結果におけるサラリーマンの生活と生きがいの時系列変化について

## 1.1 はじめに

本稿では、第1回調査時（1991年）から第7回調査時（2021年）の30年間（四半世紀強）に亘る社会情勢や経済環境、雇用環境の変化の中で、「団塊の世代」<sup>1</sup>の生きがいの保有状況および生活の満足度がどのように変化してきたのかを分析するものである。

団塊の世代とは、戦後、急激に出生数が増加した1947～1949年に生まれた約810万人（毎年270万人が出生）を指し、その出生年は「第1次ベビーブーム」とも呼ばれた。団塊の世代の人口は2015年10月1日時点で645万人となっており、全人口1億2千7百万人の5%を占めている<sup>2</sup>。団塊の世代は、2012～2014年に65歳となり就業から本格的に引退をし、2021年の今回の調査時点においては72～74歳と後期高齢者の仲間入りをする直前にいる。今後、2022年から2024年にかけて後期高齢者（75歳～）の仲間入りをし、医療費の増加と介護を必要とする高齢者の増加による「2025年問題」が懸念されている。

団塊の世代は、日本の高度経済成長と共に会社人生を送り、年功序列型長期勤続雇用形態により、経済拡大期における賃金上昇の果実を享受した世代である。また、2008年に発生したリーマンショック時にはすでに60歳直前に達しており、定年退職により世界的経済不況の波をまともに被ることはなかった。また、高年齢者の雇用を確保するための「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律の一部を改正する法律(平成24年法律第78号)」<sup>3</sup>が2013年4月1日に施行され、65歳までの雇用が確保された。さらに、特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）<sup>4</sup>が60歳から受給でき、60歳で給与が減少しても公的年金で補完され、経済的にも恵まれた世代である。

前回調査では、他の世代で生きがいの保有率が減少する中、団塊の世代での生きがいの保有率は第1回調査時（40～44歳）の59.0%から第6回調査時（65～69歳）でも59.0%と、25年間変わらない状況が確認できた。他の世代で「生きがいの喪失」現象が起る中、引き続き、趣味や仲間との生きがいを保有し続ける団塊の世代の姿を見出すことができた。今回の第7回調査時には70代となった団塊の世代は、引き続き「生きがい」を保有し続けているのだろうか。団塊の世代は、その人口構成から経済や消費に与える影響を少なからず持っており、今後、団塊の世代が本格的に後期高齢者の仲間入りをし、社会保障給付費は増加していく。団塊の世代は人口構造上、大きな人口世代を構成して

<sup>1</sup> 日本の第一次ベビーブームの1947年から1949年までに出生した世代を指し、年間出生数は約270万人でその前後の年より約2～3割多く、3年間の出生数合計は約810万人にのぼる。これら団塊の世代が大量に60歳定年退職を迎えたのが2007～2009年である。

<sup>2</sup> 総務省（2015）「統計局人口統計」（2015.10.1）（<http://www.stat.go.jp/data/jinsui/2.htm#annual,2017.5.2>）

<sup>3</sup> 1971年5月25日、「中高年齢者等の雇用の促進に関する特別措置法」が制定、1986年4月30日に「中高年齢者等の雇用の促進に関する特別措置法の一部を改正する法律」（法律第43号）に基づき、「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」と改称され、同年10月1日施行。その後、2006年4月から「定年の引き上げ、継続雇用制度の導入、定年制の廃止」のいずれか1つを実施することが義務付けられた。さらに、2012年に「改正高年齢者雇用安定法」が成立し、2013年4月から希望者全員の65歳までの雇用義務化が施行されている。

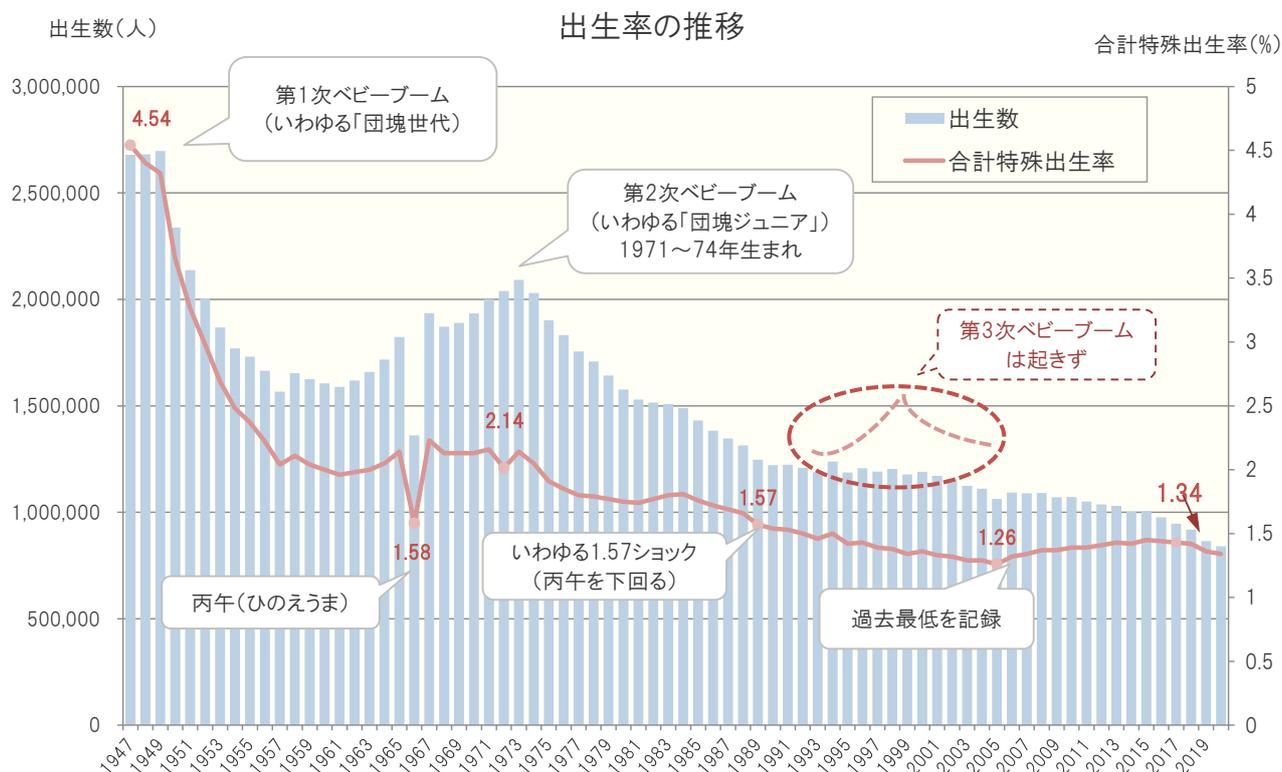
<sup>4</sup> 1985年改正により厚生年金の支給開始年齢の本則支給が60歳から65歳に上げられたが、緩和措置として当面、生年月日に応じて特別支給の老齢厚生年金（定額部分、報酬比例部分）が支給されることとされた。その後、1994年改正において、2001年度から2013年度にかけて定額部分を段階的に上げることとされた（1941年4月2日生まれの男性（女性は1946年4月2日生まれ）から61歳支給開始、1947年4月2日生まれの男性（女性は1952年4月2日生まれ）は64歳支給開始）。さらに、2000年改正では報酬比例部分が2013年度から2025年度にかけて段階的に引き上げることとされた（1949年4月2日生まれの男性（女性は1954年4月2日生まれ）から、61歳支給開始、1959年4月2日生まれの男性（女性は1964年4月2日生まれ）から64歳支給、1961年4月2日生まれの男性（女性は1966年4月2日生まれ）から65歳支給開始）。

おり、社会に与える影響は少なくない。そのため、団塊の世代の動向を追うことが、今後の日本の超高齢社会の礎ともなろう。

## 1.2 日本の人口ピラミッド

日本には、大きな世代人口がふたつ存在する。ひとつは毎年 270 万人が出生した「団塊の世代」(第1次ベビーブーム)であり、もうひとつは、団塊の世代から生まれた子どもの「団塊ジュニア」である。1971~1975年に団塊の世代から約1,000万人出生し、「第2次ベビーブーム」と言われた。団塊ジュニアの人数は、2015年10月1日時点で796万人となっており、全人口1億2千7百万人の6.3%を占めている。その後、団塊ジュニアは出産年齢期に達したが、「第3次ベビーブーム」(1995~2000年)は起きなかった〔図表1〕。その理由としては、社会・雇用環境が変化し、2000年にはITバブルの崩壊があり、経済・雇用環境は厳しい状況となったことが挙げられる。また、1985年に制定され1986年4月に施行された「男女雇用機会均等法」により、女性の社会進出と価値観の多様化等により、女性の生涯未婚率が1995年の5.1%から2010年には2倍の10.61%にまで上昇した。団塊ジュニアの女性の未婚率は19.1%となっており、今後、人口減少による女性の絶対数が減少していく中、出生数の減少と労働人口の減少は避けられない状況と言えよう〔図表2-1~4〕。

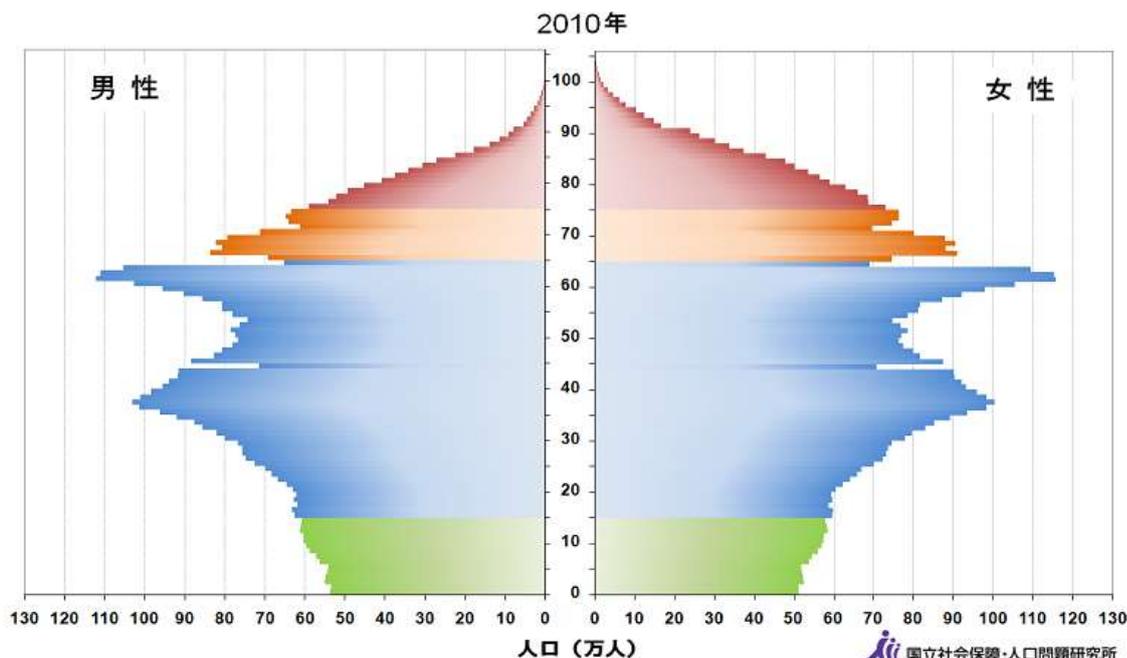
〔図表1〕 合計特殊出生率推移 (1947~2020)



出所：厚生労働省「令和元年（2019）人口動態統計月報年計（概数）の概況」

(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/81-1a.html>, 2021.12.7).

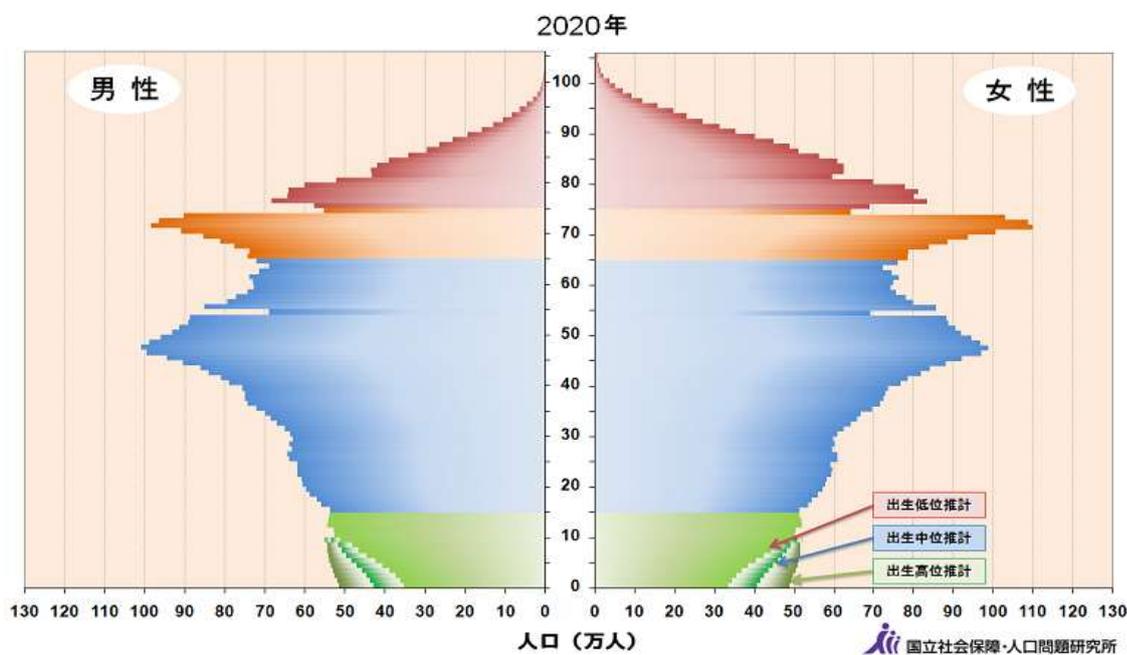
〔図表 2-1〕 日本の人口ピラミッド（2010年）団塊世代 65歳



資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

出所：国立社会保障人口問題研究所 1920年～2010年国勢調査、2011年以降「日本の将来推計（H24年1月推計）」  
 (<http://www.ipss.go.jp/site-ad/toppagedata/2010.png>, 2021.12.7)

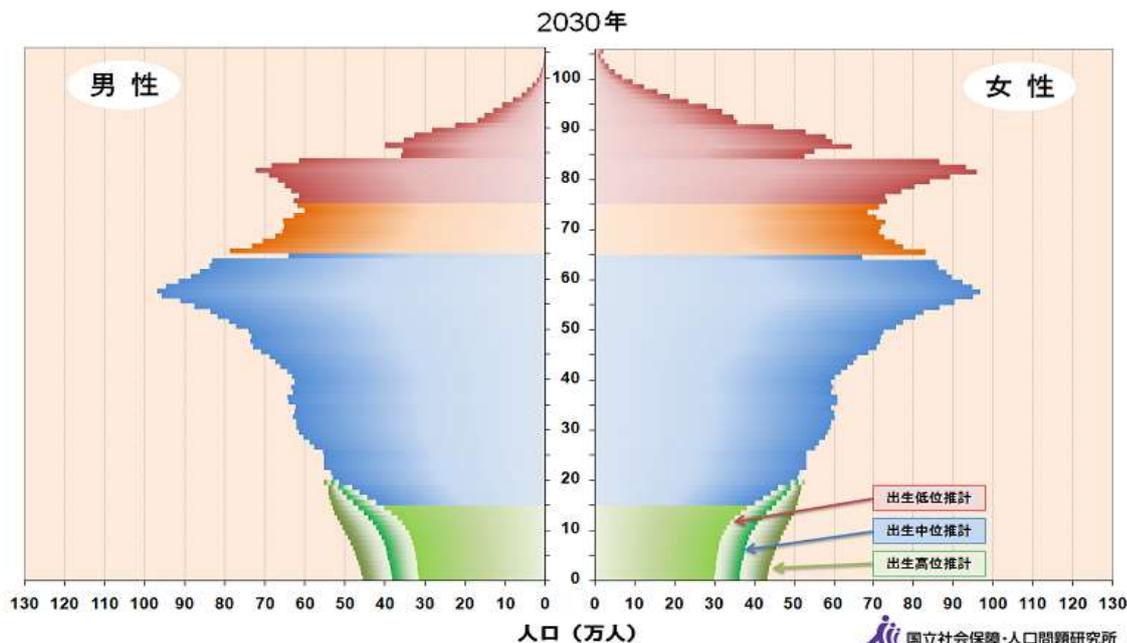
〔図表 2-2〕 日本の人口ピラミッド（2020年推計）団塊世代 75歳



資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

出所：国立社会保障人口問題研究所 1920年～2010年国勢調査、2011年以降「日本の将来推計（H24年1月推計）」  
 (<http://www.ipss.go.jp/site-ad/toppagedata/2010.png>, 2021.12.7)

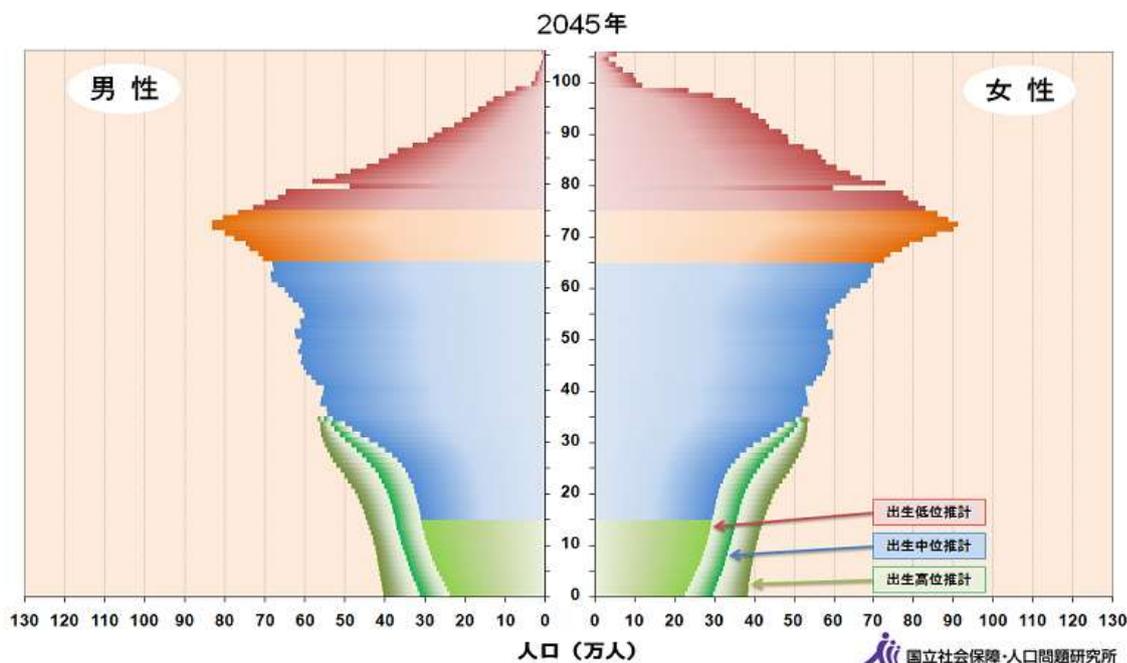
〔図表 2-3〕 日本の人口ピラミッド（2030年推計）団塊世代 85歳



資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

出所：国立社会保障人口問題研究所 1920年～2010年国勢調査、2011年以降「日本の将来推計（H24年1月推計）」  
(<http://www.ipss.go.jp/site-ad/toppagedata/2010.png>, 2021.12.7)

〔図表 2-4〕 日本の人口ピラミッド（2045年将来推計）



資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

出所：国立社会保障人口問題研究所 1920年～2010年国勢調査、2011年以降「日本の将来推計（H24年1月推計）」  
(<http://www.ipss.go.jp/site-ad/toppagedata/2010.png>, 2021.12.7)

## 2 団塊の世代における生活と生きがいの変化について

### 2.1 分析方法

本稿では、団塊の世代のコーホートを抽出し、その生活と生きがいの変化について、第1回調査時（40～44歳）から今回調査（70～74歳）までの30年間に亘る変化を追う。

比較分析の対象項目は、第1回調査から継続して実施している項目とした。また、団塊の世代のデータ抽出については、第1回調査から第7回調査の全てにおいて団塊の世代の年齢が属するコーホート（cohort）を抽出した〔図表3〕。

なお、抽出したコーホートには団塊の世代の以後2年間の出生年齢層が含まれ、団塊の世代に続いて出生数が多い1950～1951年生まれを含む「拡大団塊の世代」とも呼ばれる集団を対象としている。また、第1回～第4回の調査では、厚生年金基金および確定給付企業年金の加入員（者）を対象としているため、過去調査との比較継続性の観点から第5回～第7回調査では「企業年金がある男女」をそれぞれ抽出して比較分析を行った。

〔図表3〕 団塊の世代のデータ抽出方法（団塊の世代：1947～1949年生まれ）

調査	使用データ	DATA 識別コード	団塊世代 対象年齢		データ上の 抽出対象年齢	回収状態 (KAISYU)	年齢 (F01_AGE)	アンケート集計 使用データ項目	対象者人数
第1回	生きがい過去データ(1991)	1991	42	44	本人40～44	1 or 2	40～44	X01～X16	426人
第2回	生きがい過去データ(1996)	1996	47	49	本人45～49	1 or 2	45～49	〃	341人
第3回	生きがい過去データ(2001)	2001	52	54	本人50～54	1 or 2	50～54	〃	419人
第4回	生きがい過去データ(2006)	2006	57	59	本人55～59	1 or 2	55～59	〃	345人
第5回	調査結果(Group6、Group22)	2011	62	64	本人60～64 企業年金あり		60～64	〃	317人
第6回	調査結果(Group7、Group31)	2016	67	69	本人65～69 企業年金あり		65～69	〃	161人
第7回	調査結果(Group8、Group32)	2021	72	74	本人70～75 企業年金あり		70～74	〃	157人

注1：第1回～第4回調査は回収状態コード「1」（同一世帯で本人、配偶者とも回収）又は「2」（同一世帯で本人は回収、配偶者は未回収）を抽出して使用

注2：第5回調査：「Group6」（男性60～64歳かつ企業年金あり）と「Group22」（女性60～64歳かつ企業年金あり）を抽出

第6回調査：「Group7」（男性64～69歳かつ企業年金あり）と「Group31」（女性64～69歳かつ企業年金あり）を抽出

第7回調査：「Group8」（男性70～74歳かつ企業年金あり）と「Group32」（女性70～74歳かつ企業年金あり）を抽出

出所：年金シニアプラン総合研究機構(1991～2021)アンケート結果から筆者作成

### 2.2 主な調査結果

他の世代で見られた「生きがいの喪失」は、団塊の世代については、第1回調査時（40～44歳）の59.0%から第6回調査時（65～69歳）では59.0%と、25年間変わってはいなかったが、今回初めて減少傾向が示された。なぜ、今まで生きがいを保有し続けてきた団塊の世代は、生きがいを喪失することとなったのか。

調査結果から、男性と女性では生きがいの内容が異なっていることが判明した。男性は、就業中は「仕事」が生きがいの中心となるが、仕事から引退した後に「仕事」に代わる「趣味」などの生きがいを見つけられるかが、その後の生きがいの保有率に繋がっている。また、生きがいの意味も加齢とともに変化する。男性は、就業中は生活すること自体および生活の中で心のやすらぎを感じる生きがいとなるが、仕事から引退

して趣味や社会活動に参加することにより、他人や社会の役に立つこと、何かをやりとげたと感じることに生きがいを見出すようになる。一方、女性は「仕事」の割合が若い年齢から低く、「趣味」「友人」「自分自身の健康づくり」が加齢とともに増加していく。生きる意味についても、「生活の活力」「心のやすらぎ」「生きる喜び」が年齢に関わらず高い割合を占めており、生きがいの内容と意味が年を取っても大きく変わらないため、生きがいを持ち続けることができている。他の世代でも団塊の世代の生きがいを参考に、生きがいを得られる場を見つけることが大切である。

## 2.2.1 世帯構成と居住形態

### 【問2】世帯構成(同居状況) (単一回答)

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	ひとり暮らし	4.2%	6.1%	8.8%	10.2%	7.9%	10.6%	15.3%
2	自分たち夫婦だけ	5.4%	6.9%	10.8%	23.3%	42.6%	54.0%	59.2%
3	自分たち夫婦(または自分)と未婚の子	62.2%	55.0%	52.1%	38.7%	26.8%	21.7%	17.8%
4	自分たち夫婦(または自分)と子ども夫婦	0.7%	0.9%	1.5%	3.2%	1.6%	5.6%	1.9%
5	自分たち夫婦(または自分)と親(子や孫含む)	24.8%	24.5%	24.3%	21.8%	15.5%	6.2%	1.3%
6	その他	2.7%	6.6%	2.5%	2.9%	5.7%	1.9%	4.5%

世帯構成は、未婚の子どもが独立し「自分たちと未婚の子」の割合が減少する一方、「自分たち夫婦だけ」の割合が徐々に増加し、今回調査では約6割まで増加した。夫婦2人だけの生活になったということになる。

### 【問5】居住形態 (単一回答)

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	持ち家(一戸建て)	62.1%	68.0%	70.0%	74.8%	69.7%	66.5%	64.3%
2	持ち家(分譲マンション等)	13.3%	14.1%	18.0%	16.2%	19.9%	24.8%	21.7%
3	社宅・会社の寮	8.1%	4.9%	3.4%	1.9%	0.6%	0.0%	0.0%
4	公社・公団・公営の賃貸住宅	3.8%	3.2%	3.0%	2.5%	4.1%	5.0%	6.4%
5	民間の借家・マンション・アパート	11.4%	8.6%	5.4%	4.0%	5.4%	3.7%	7.6%
6	その他	1.4%	1.2%	0.2%	0.6%	0.3%	0.0%	0.0%

居住形態について、持家比率は第1回調査時の75.4%以降、第4回調査時の91.0%がピークでその後は減少傾向となり、今回は86.0%まで減少していた。

## 2.2.2 生活に対する充足感の変化について

### 【問11】自由に使える時間 (単一回答)

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分にある	4.5%	10.4%	7.0%	21.2%	56.8%	64.6%	69.4%
2	まあまあある	34.4%	52.2%	43.2%	60.0%	36.9%	30.4%	26.8%
3	不十分である	51.7%	35.4%	47.8%	18.2%	6.0%	3.7%	3.8%
4	まったくない	9.5%	2.0%	1.9%	0.6%	0.3%	1.2%	0.0%

### 【問 11】自由時間を主にどんなことに使っていますか（複数回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	仕事仲間とのプライベートなつきあい	27.0%	10.0%	13.9%	7.6%	5.1%	3.1%	3.8%
2	仕事に関する勉強や残務整理	21.2%	14.7%	16.3%	11.0%	4.1%	2.5%	3.8%
3	テレビ・ゴロ寝やパチンコ、酒など	57.1%	43.5%	38.9%	32.3%	26.9%	22.4%	51.6%
4	ひとりで趣味・スポーツ・学習など	27.0%	30.3%	29.7%	29.3%	35.4%	36.0%	29.9%
5	仲間と趣味・スポーツなど	11.3%	27.1%	29.2%	26.5%	20.3%	23.0%	20.4%
6	インターネットやSNSなど	-	3.5%	9.2%	10.7%	68.7%	54.7%	46.5%
7	個人的な友人・仲間とのつきあい	17.3%	21.2%	18.6%	25.0%	21.8%	19.9%	17.8%
8	行楽・ドライブなど	5.5%	22.6%	23.8%	24.7%	20.6%	8.7%	15.3%
9	庭いじりや家事など家庭内のこと	16.2%	33.5%	36.9%	38.1%	29.4%	32.9%	26.8%
10	家庭との団らんや家庭サービス	42.7%	38.2%	29.7%	34.8%	18.7%	21.7%	22.9%
11	近隣の人とのつきあいや地域の用事	4.7%	5.0%	4.5%	8.5%	5.1%	7.5%	4.5%
12	近所を散歩	-	-	-	-	-	-	17.2%
13	その他	1.8%	1.2%	3.2%	4.0%	3.2%	6.2%	3.8%
14	特に何もしない	2.4%	1.5%	0.5%	1.8%	1.6%	5.0%	2.5%

自由時間については、40歳代では「不十分」であったが、50代では「まあまあある」に代わり、60歳以降に「十分ある」となり、さらに今回はその割合が69.4%まで増加していた。就業から完全に引退し、自由な時間が十分にある状況と考えられる。

自由時間の使い方は、40歳代では「家庭との団らん」の割合が多いが、60歳代になると「一人で趣味・スポーツ」の割合が増えている。なお、第5回調査時以降で「インターネット・SNS」の割合が突出しているのは、第1回～第4回の調査は郵送調査であったが、第5回調査以降はインターネット調査を使用しているため、インターネットを使用する人の基本属性に偏りが出たものと推測する。

### 2.2.3 社会活動の参加の状況について

#### 【問 13】地域活動やボランティア活動など社会活動の参加状況（単一回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
		100.0%	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	定期的に参加している	7.4%	-	9.2%	6.8%	10.4%	19.9%	12.7%
2	ときどき参加している	12.4%	-	10.8%	14.9%	18.6%	12.4%	19.7%
3	以前に参加したことがある	10.0%	-	10.6%	10.6%	13.6%	9.3%	20.4%
4	参加していない	70.3%	-	69.4%	67.7%	57.4%	58.4%	47.1%

#### 【問 13】社会活動の分野（複数回答）

		40～44	45～49	50～54	55～59	60～64	65～69	70～74
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	地域の生活環境を守る活動	36.1%	-	35.5%	47.1%	53.3%	15.5%	70.6%
2	地域のイベントや“村おこし”の活動	31.3%	-	40.8%	38.6%	34.8%	13.7%	45.1%
3	趣味・スポーツや学習グループのリーダーとしての活動	34.9%	-	31.6%	24.3%	18.5%	7.5%	19.6%
4	児童や青少年活動の世話役としての活動	34.9%	-	14.5%	2.9%	9.8%	1.9%	9.8%
5	地域の文化財や伝統を守る活動	4.8%	-	9.2%	12.9%	13.0%	2.5%	19.6%
6	消費者活動や生活向上のための活動	4.8%	-	2.6%	1.4%	10.9%	1.2%	3.9%
7	障害者・老人の手助けなどの社会福祉活動	6.0%	-	3.9%	15.7%	17.4%	7.5%	23.5%
8	行政の委員、民生委員、保護司、人権擁護委員等の活動	0.0%	-	5.3%	2.9%	2.2%	3.7%	11.8%
9	自然保護や環境保全の活動	9.6%	-	14.5%	14.3%	13.0%	3.1%	15.7%
10	国際交流に関する活動	6.0%	-	3.9%	1.4%	7.6%	1.2%	0.0%
11	その他	3.6%	-	3.9%	8.6%	10.9%	5.0%	13.7%

### 【問 13】 社会活動の参加理由（複数回答）

		40～44	45～49	50～54	55～59	60～64	65～69	70～74
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	地域や社会に貢献したい	44.6%	-	47.4%	58.6%	64.1%	20.5%	78.4%
2	自分の知識や経験を活かしたい	24.1%	-	23.7%	21.4%	31.5%	8.1%	45.1%
3	社会への見聞を広げたい	28.9%	-	14.5%	15.7%	17.4%	6.2%	29.4%
4	友人や仲間を増やしたい	24.1%	-	28.9%	21.4%	26.1%	6.2%	27.5%
5	生活にはりあいを持たせたい	8.4%	-	10.5%	20.0%	17.4%	8.1%	25.5%
6	身近な人に誘われた	27.7%	-	19.7%	21.4%	22.8%	11.8%	43.1%
7	会社の勤めや命令	4.8%	-	6.6%	5.7%	0.0%	0.6%	0.0%
8	社会人として当然と思った	28.9%	-	25.0%	22.9%	29.3%	5.0%	19.6%
9	何となく	1.2%	-	0.0%	1.4%	10.9%	3.1%	13.7%
10	その他	1.2%	-	6.6%	11.4%	2.2%	3.1%	3.9%

社会活動への参加の状況については、40歳代では「参加していない」が7割を占めていたが、年齢が上がるにつれて低下、今回は47.1%まで低下しており、半数以上は社会活動に参加している状況である。これは、他の年代と比較しても高い状況にある。一方、「定期的に参加」が前回19.9%から今回12.7%に低下しており、「ときどき参加」が増加、「以前に参加したことがある」が前回の約2倍強に増加していた。

社会活動参加の分野は、「地域の生活環境を守る活動」が第1回調査から今回まで最も多く、次いで「地域のイベント」が多い。40歳代では「児童や青少年活動の世話役」や「趣味・スポーツ・学習のリーダー」の活動が多いが、年齢が上がると徐々に低下していく。今回、70歳代では「障がい者・老人の手助けなどの社会福祉活動」が大きく増加しており、活動の分野が年齢と共に変化していることが見て取れる。

社会活動の参加理由は、第1回調査時から継続して「地域や社会に貢献したい」が最も多いが、今回は「自分の知識や経験を活かしたい」が大きく増加している。さらに、「身近な人に誘われた」が第1回以降、常に2割程度を占めており（今回は約4割まで増加）、ここに社会参加を促すヒントがあると考えられる。社会活動への不参加理由は、40歳代では「時間がない」が最も多かったが、年齢と共に徐々に低下し、65歳以降は1割未満に低下し、今回は「健康や体力に自信がない」「自分にあった活動の場がない」が増加している。第5回調査時以降、「興味がない、関心がない」が3～4割程度存在、参加していな

い人の今後の参加意向についても「参加するつもりはない」が2～4割程度存在するが、「条件によって参加してもよい」が約4割程度存在することから、他の年代と異なり社会活動への参加そのものを否定している世代ではないことが分かる。ただし、70歳代となり体力に自信がなくなっていく中、年齢に合った活動を、身近な人から誘われれば参加するものと思われる。

### 【問 13】 社会活動の不参加理由（複数回答）

		40～44	45～49	50～54	55～59	60～64	65～69	70～74
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	時間がない	50.3%	-	61.4%	39.7%	20.9%	8.7%	8.5%
2	経済的余裕がない	10.7%	-	9.2%	9.5%	14.2%	4.3%	3.8%
3	精神的なゆとりがない	24.0%	-	20.5%	25.8%	21.8%	5.0%	8.5%
4	健康や体力に自信がない	5.9%	-	7.9%	12.3%	33.3%	10.6%	23.6%
5	家族など周囲の理解や協力が得られない	1.8%	-	1.3%	0.8%	4.4%	1.2%	0.0%
6	自分にあつた活動の場がない	21.0%	-	13.5%	23.0%	51.6%	14.9%	27.4%
7	一緒にやる仲間がいない	10.7%	-	8.6%	11.5%	28.0%	7.5%	12.3%
8	何から始めるか、きっかけがつかめない	35.2%	-	35.3%	52.4%	44.9%	14.9%	19.8%
9	興味がない、関心がない	22.5%	-	10.2%	18.3%	31.1%	35.4%	37.7%
10	その他	2.4%	-	5.3%	2.4%	3.6%	0.6%	5.7%

### 【問 13】 社会活動に参加していない人の今後の参加意向（複数回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
		100.0%	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	積極的に参加したい	4.5%	-	7.7%	6.4%	2.7%	1.9%	0.9%
2	条件によっては参加してもよい	58.6%	-	59.0%	65.7%	56.4%	31.1%	38.7%
3	参加するつもりはない	13.1%	-	8.3%	8.4%	23.1%	27.3%	44.3%
4	わからない	23.8%	-	25.0%	19.5%	17.8%	7.5%	16.0%

## 2.2.4 生活での充足感

### 【問 14】 現在の生活での充足感（単一回答）

(1)健康、(2)時間的ゆとり、(3)経済的ゆとり、(4)精神的ゆとり、(5)家族の理解・愛情、(6)友人・仲間、(7)熱中できる趣味、(8)仕事のはりあい、(9)社会的地位、(10)自然とのふれあい、(11)近隣との交流、(12)社会の役に立つこと、(13)住まいのこと

#### (1)自身の健康

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	12.5%	13.2%	9.2%	7.7%	6.6%	8.1%	8.3%
2	まあ満たされている	56.7%	58.6%	58.9%	55.2%	52.4%	56.5%	53.8%
3	どちらともいえない	14.2%	15.8%	15.2%	19.9%	20.5%	21.1%	21.4%
4	やや欠けている	15.6%	11.2%	15.0%	16.0%	17.0%	11.8%	16.6%
5	まったく欠けている	0.9%	1.1%	1.7%	1.2%	3.5%	2.5%	8.3%

#### (2)時間的ゆとり

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	3.3%	3.2%	2.9%	6.9%	26.8%	27.3%	31.4%
2	まあ満たされている	35.8%	41.4%	34.0%	47.8%	54.3%	52.2%	56.4%
3	どちらともいえない	16.7%	20.7%	19.0%	23.3%	11.4%	14.9%	10.3%
4	やや欠けている	36.1%	29.3%	34.5%	20.9%	6.0%	4.3%	1.9%
5	まったく欠けている	8.0%	5.5%	9.6%	1.2%	1.6%	1.2%	0.6%

### (3)経済的ゆとり

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	1.7%	2.0%	2.9%	5.3%	7.3%	6.2%	11.3%
2	まあ満たされている	31.6%	41.7%	38.6%	47.8%	41.3%	39.8%	43.7%
3	どちらともいえない	33.3%	27.2%	32.9%	29.1%	29.7%	29.8%	31.8%
4	やや欠けている	27.8%	23.5%	21.5%	15.1%	17.0%	18.6%	13.2%
5	まったく欠けている	5.7%	5.5%	4.1%	2.7%	4.7%	5.6%	4.0%

### (4)精神的ゆとり

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	2.6%	3.2%	2.7%	3.9%	9.1%	11.2%	9.7%
2	まあ満たされている	38.8%	43.3%	38.0%	41.3%	50.5%	57.8%	55.2%
3	どちらともいえない	30.5%	31.1%	35.4%	34.3%	25.2%	23.0%	26.0%
4	やや欠けている	25.1%	18.9%	20.1%	19.0%	13.6%	6.2%	9.1%
5	まったく欠けている	3.1%	3.5%	3.9%	1.5%	1.6%	1.9%	1.9%

### (5)家族の理解・愛情

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	20.9%	17.1%	18.9%	16.4%	15.1%	12.4%	14.5%
2	まあ満たされている	63.5%	61.8%	60.0%	59.4%	52.1%	62.1%	57.2%
3	どちらともいえない	11.1%	16.2%	16.2%	19.4%	26.8%	21.7%	23.7%
4	やや欠けている	4.0%	4.6%	4.2%	3.9%	3.2%	1.9%	4.6%
5	まったく欠けている	0.5%	0.3%	0.7%	0.9%	2.8%	1.9%	3.3%

### (6)友人・仲間

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	8.7%	8.6%	8.3%	7.1%	4.7%	9.9%	9.8%
2	まあ満たされている	55.2%	58.0%	54.1%	56.1%	57.7%	49.7%	50.3%
3	どちらともいえない	26.4%	23.0%	26.8%	27.9%	25.9%	30.4%	35.3%
4	やや欠けている	9.2%	9.2%	9.3%	8.6%	9.8%	9.9%	4.6%
5	まったく欠けている	0.5%	1.1%	1.5%	0.3%	1.9%	0.0%	2.6%

### (7)熱中できる趣味

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	12.8%	14.1%	10.5%	10.1%	14.8%	13.7%	15.7%
2	まあ満たされている	36.9%	44.0%	42.9%	41.7%	46.7%	47.2%	47.1%
3	どちらともいえない	19.1%	16.4%	21.2%	23.2%	29.0%	32.9%	29.4%
4	やや欠けている	25.5%	21.3%	20.0%	20.2%	6.3%	5.0%	7.8%
5	まったく欠けている	5.7%	4.3%	5.4%	4.8%	3.2%	1.2%	2.6%

### (9)社会的地位

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	2.4%	4.0%	4.4%	4.5%	3.2%	0.0%	2.9%
2	まあ満たされている	39.3%	41.5%	38.0%	45.1%	22.4%	14.3%	19.0%
3	どちらともいえない	43.8%	41.5%	43.6%	38.3%	46.7%	59.0%	66.4%
4	やや欠けている	11.4%	9.2%	9.0%	10.4%	15.1%	13.0%	11.7%
5	まったく欠けている	3.1%	3.7%	5.1%	1.8%	12.6%	13.7%	14.6%

### (10)自然とのふれあい

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	5.2%	10.9%	6.1%	5.0%	7.6%	8.1%	7.9%
2	まあ満たされている	34.4%	36.8%	36.4%	37.4%	47.6%	39.8%	47.0%
3	どちらともいえない	22.6%	21.8%	23.8%	36.5%	35.0%	41.6%	37.1%
4	やや欠けている	31.1%	25.3%	27.2%	18.4%	7.6%	9.3%	7.9%
5	まったく欠けている	6.6%	5.2%	6.6%	2.7%	2.2%	1.2%	4.0%

### (11)近隣との交流

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	2.8%	2.3%	1.2%	1.5%	1.3%	3.1%	3.5%
2	まあ満たされている	22.9%	24.0%	16.9%	25.0%	26.5%	27.3%	39.0%
3	どちらともいえない	28.8%	31.2%	30.3%	30.1%	46.1%	50.3%	43.3%
4	やや欠けている	32.5%	29.2%	36.1%	31.5%	19.6%	15.5%	14.2%
5	まったく欠けている	13.0%	13.3%	15.5%	11.9%	6.6%	3.7%	11.3%

### (12)社会の役に立つこと

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	十分に満たされている	0.7%	1.7%	0.5%	0.3%	2.5%	3.1%	2.1%
2	まあ満たされている	16.0%	13.5%	10.2%	14.9%	19.6%	24.8%	28.0%
3	どちらともいえない	41.0%	44.8%	35.7%	42.6%	42.0%	44.7%	53.8%
4	やや欠けている	30.0%	28.2%	35.7%	28.9%	26.2%	19.9%	16.1%
5	まったく欠けている	12.3%	11.8%	18.0%	13.4%	9.8%	7.5%	9.8%

生活の充足感については、「十分満たされている」と「まあ満たされている」の合計を見てみると、「(2)時間的ゆとり」「(3)経済的ゆとり」「(4)精神的ゆとり」は、40歳後半以降「満たされている」割合が徐々に多くなっており、70歳代では「(2)時間的ゆとり」は約8割、「(3)経済的ゆとり」「(4)精神的ゆとり」は約6割に達している。団塊の世代は、日本の高度経済成長を支えていた世代であり、経済成長を肌で感じ、その恩恵の一部を受けた世代でもある。定年退職後の60歳代になっても40歳代より経済的ゆとりが得られている、うらやましい世代である。

「(5)家族の理解・愛情」は年齢とともに減少傾向にあり、今回は「やや欠けている」「まったく欠けている」が増加していた。「(6)友人・仲間」「(7)熱中できる趣味」「(10)自然とのふれあい」については、前回同様に5割程度を維持していた。

「(11)近隣との交流」は、第1回調査時以降「どちらともいえない」が最も多かったが、今回は「まあ満たされている」が約4割弱まで増加した。「(12)社会の役に立つこと」も、

第1回以降「どちらともいえない」が最も多かったが、今回は「まあ満たされている」が約3割弱まで増加した。

「時間的ゆとり」「精神的ゆとり」「経済的ゆとり」があり、「友人・仲間」「熱中できる趣味」「自然とのふれあい」を持ち、「近隣との交流」「社会の役に立つこと」の満足度が増加、「家族の理解・愛情」も一定の満足度が得られるなど、生活全般に対する充足感を得られている団塊の世代がいる。

## 2.2.5 内面的変化

### 【問15】自分の性格について（単一回答）

(1)あなたは、「人との関係やつながりを大切にする」ことについて、あてはまると思いませんか。

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	よくあてはまる	42.9%	51.6%	47.1%	34.0%	21.5%	21.1%	26.8%
2	少しあてはまる	50.5%	43.5%	45.7%	54.6%	62.8%	59.6%	58.0%
3	あまりあてはまらない	6.0%	4.9%	7.2%	11.0%	14.5%	16.8%	14.6%
4	まったくあてはまらない	0.7%	0.0%	0.0%	0.3%	1.3%	2.5%	0.6%

(7)あなたは、「いろいろなことに興味を持ちチャレンジする」ことについて、あてはまると思いませんか。

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	よくあてはまる	15.7%	14.4%	14.0%	10.1%	8.8%	9.9%	10.2%
2	少しあてはまる	40.7%	42.5%	38.9%	35.8%	52.1%	43.5%	42.7%
3	あまりあてはまらない	38.8%	39.7%	42.0%	49.9%	36.0%	42.2%	43.3%
4	まったくあてはまらない	4.8%	3.4%	5.1%	4.2%	3.2%	4.3%	3.8%

(10)あなたは、「新しいグループの中にわりと気楽に入れる」ことについて、あてはまると思いませんか。

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	よくあてはまる	10.7%	8.9%	8.4%	5.7%	3.8%	3.7%	6.4%
2	少しあてはまる	32.2%	39.9%	34.2%	37.0%	41.0%	41.6%	38.2%
3	あまりあてはまらない	48.0%	44.8%	47.7%	50.1%	45.7%	47.8%	44.6%
4	まったくあてはまらない	9.1%	6.3%	9.6%	7.2%	9.5%	6.8%	10.8%

(13)あなたは、「どんなところでも結構楽しみを見出す」ことについて、あてはまると思いませんか。

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	よくあてはまる	16.5%	13.8%	11.6%	8.4%	4.1%	9.3%	8.9%
2	少しあてはまる	42.7%	47.7%	47.0%	45.1%	59.6%	57.8%	59.9%
3	あまりあてはまらない	37.9%	37.6%	38.6%	45.7%	35.3%	29.2%	29.9%
4	まったくあてはまらない	2.9%	0.9%	2.9%	0.9%	0.9%	3.7%	1.3%

第1回調査で生きがいに影響する要因として、人間の内面である「性格」が深く関与しており、「積極性」「親和性（人との和を大切に）」が強い人ほど生きがいを持って生活していることが指摘された。そのため、「積極性」と「親和性」に関する項目についての変化をみる。

「積極性」の項目のうち、「(7)いろいろなことに興味を持ちチャレンジする」については、「よくあてはまる」と「少しあてはまる」の合計は、第1回調査時から継続して5～6割程度と大きな変化はなく、今回も52.9%であった。「(13)どんなところでも結構楽しみを見出す」については、「よくあてはまる」と「少しあてはまる」の合計は、40～50歳代では5～6割、60歳代では6～7割、今回70歳代ではさらに68.8%へ増加していた。

次に「親和性」の項目のうち、「(1)人とのつながりを大切に」は、「よくあてはまる」と「少しあてはまる」の合計が年齢とともに減少する傾向にあり、40歳代では9割超であったが、50歳代では9割前後、60歳代では8割前後にまで減少していたが、今回は84.8%に若干増加していた。「(10)新しいグループの中に気楽に入れる」については、「まったくあてはまらない」と「あまりあてはまらない」の合計は、第1回調査時以降、安定的に4～5割程度を占めており、今回も55.4%であった

積極性と親和性について、「いろいろなことに興味を持ちチャレンジする」「新しいグループの中に気楽に入れる」については、加齢による大きな変化はなく、積極性と親和性が維持されている状況である。さらに、積極性の項目である「どんなところでも結構楽しみを見出す」は増加傾向にあり、「積極性」と「親和性」を合わせ持った団塊の世代がいて、生活の充足感に繋がっていると考えられる。一方、親和性の「人とのつながりを大切に」は減少傾向にあり、人との関係やつながりを強く求めることがなくなり、自分自身の趣味などに楽しみを見出し、生活を充足している様子が伺える。

## 2.2.6 生きがいの有無と生きがいに関する考え方

### 【問16-1】「生きがい」の意味（回答は2つまで）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	生活の活力やはりあい	35.5%	24.4%	28.2%	30.4%	28.1%	28.0%	31.8%
2	生活のリズムやメリハリ	7.6%	8.1%	7.2%	11.9%	12.9%	15.5%	12.7%
3	心の安らぎや気晴らし	22.5%	20.9%	23.0%	28.1%	27.1%	29.8%	29.3%
4	生きる喜びや満足感	47.0%	42.7%	42.3%	42.7%	43.5%	42.2%	46.5%
5	人生観や価値観の形成	11.1%	7.8%	9.8%	9.3%	12.6%	15.5%	8.3%
6	生きる目標や目的	29.6%	25.9%	17.2%	19.1%	14.5%	17.4%	25.5%
7	自分自身の向上	25.8%	16.0%	19.9%	14.6%	12.9%	9.9%	7.6%
8	自分の可能性の実現や何かをやりとげたと感じる事	-	28.2%	31.1%	24.8%	23.3%	14.9%	10.8%
9	他人や社会の役に立っていると感じる事	15.4%	17.4%	15.1%	13.7%	11.7%	10.6%	8.3%
10	その他	0.2%	0.3%	0.0%	0.9%	0.0%	0.0%	0.6%

### 【問16-2】生きがいの有無（単一回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	持っている	59.0%	72.8%	62.1%	58.0%	57.1%	59.0%	52.9%
2	前は持っていたが、今は持っていない	6.0%	5.8%	7.7%	8.8%	13.2%	9.9%	19.7%
3	持っていない	19.8%	11.6%	10.4%	15.1%	14.2%	15.5%	14.0%
4	わからない	15.2%	9.9%	19.8%	18.1%	15.5%	15.5%	13.4%

生きがいの有無については、「持っている」が第1回調査時（40～44歳）の59.0%から、前回第6回調査時（65～69歳）でも59.0%と変わっていなかったが、今回は52.9%に減少していた（▲6.1%）。また、「前は持っていたが今は持っていない」と「持っていない」の合計も、第1回調査時（40～44歳）の25.8%から、前回第6回調査時（65～69歳）の25.4%と大きな変化はなかったが、今回は「前は持っていたが今は持っていない」が前回第6回調査時の9.9%から約2倍の19.7%へ増加（+9.8%）しており、生きがいを喪失したことが伺われる。他の世代では生きがいの保有率が減少する中、「生きがい」を保有し続けてきた団塊の世代がいたが、今回は「生きがいの喪失」が伺われる。

生きがいの意味は加齢とともに変化するが、「生きる喜びや満足感」は第1回調査以降、常に最も多く、第1回調査の47.0%から今回も46.5%を維持していた。「生活の活力ややりあい」「生きる目標や目的」も2～3割程度を維持している。

一方、「自分自身の向上」「何かをやりとげたと感じること」「他人や社会の役に立っていると感じること」については、加齢とともに徐々に減少し、「生活のリズムやメリハリ」「心のやすらぎや気晴らし」については、加齢とともに増加していく。生きがいの意味が歳を重ねるにつれて、「何かをする」という具象的なものから、「生活のリズム」や「心のやすらぎ」という精神的なものに変わっていく。

#### 【問17】生きがいの内容（回答は3つまで）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	仕事	-	39.8%	43.3%	30.2%	15.1%	8.1%	11.5%
2	趣味	-	33.7%	41.3%	42.2%	52.7%	52.8%	47.1%
3	スポーツ	-	13.5%	16.6%	14.1%	14.8%	11.2%	10.2%
4	学習活動	-	2.9%	3.8%	5.1%	3.8%	4.3%	1.3%
5	社会活動(ボランティア含む)	-	3.2%	3.8%	6.3%	6.6%	13.0%	10.8%
6	自然とのふれあい	-	14.4%	19.7%	21.3%	22.7%	16.8%	17.8%
7	配偶者・結婚生活	-	15.0%	25.7%	23.1%	23.7%	27.3%	39.5%
8	子ども・孫・親などの家族・家庭	-	35.7%	54.3%	48.2%	39.1%	35.4%	33.1%
9	友人など家族以外の人との交流	-	10.7%	16.8%	18.0%	18.3%	16.1%	14.0%
10	自分自身の健康づくり	-	8.4%	10.8%	18.6%	19.2%	23.0%	29.3%
11	ひとりで気ままに過ごすこと	-	6.3%	10.8%	14.7%	19.2%	20.5%	24.8%
12	自分自身の内面の充実	-	9.5%	14.2%	15.3%	13.2%	13.0%	8.3%
13	SNSやインターネットをとおした交流	-	-	-	-	-	-	1.3%
14	その他	-	0.6%	0.5%	0.3%	1.3%	1.9%	0.0%

生きがいの内容についても、加齢とともに変化していく。50歳代前半までは「仕事」

が最も高いが、50歳代後半から役職定年などを経て仕事の比重が下がるにつれて低下し、65歳以降では1割程度にまで減少する。一方、「趣味」「自分自身の健康づくり」「ひとりで気ままに過ごすこと」が加齢とともに増加していく。「子ども・孫・親などとの家族・家庭」が50歳代前半には54.3%あったが、以降は減少傾向となり、今回は33.1%まで減少した。代わりに「配偶者・結婚生活」が加齢とともに増加傾向にあり、今回は39.5%まで増加していた。子どもが成長し、生きがいの対象から外れていく中、配偶者に生きがいを求めている様子が伺える。

## 【問18】生きがいを得られる場（回答は2つまで）

### (1)生活にはりあいや活力をもたらしてくれる場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	80.2%	79.5%	73.8%	67.2%	65.3%	64.0%	65.6%
2	仕事・会社	65.5%	63.4%	55.9%	52.8%	18.0%	18.0%	21.0%
3	地域・近隣	1.4%	2.4%	2.2%	3.6%	7.9%	11.2%	16.6%
4	個人的友人	17.6%	17.2%	21.8%	19.1%	22.7%	16.8%	27.4%
5	世間・社会	3.1%	3.9%	2.0%	4.5%	7.3%	9.9%	13.4%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	14.0%
7	その他	4.0%	2.7%	5.2%	4.8%	10.4%	9.9%	7.0%
8	どこにもない	0.7%	1.2%	0.7%	1.2%	5.4%	8.7%	4.5%

### (2)生活のどの場で、リズムやメリハリがつく場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	-	50.5%	51.7%	44.7%	46.4%	48.4%	61.1%
2	仕事・会社	-	74.9%	69.3%	66.7%	28.1%	20.5%	20.4%
3	地域・近隣	-	4.5%	3.0%	3.0%	8.2%	10.6%	12.7%
4	個人的友人	-	13.3%	13.9%	15.9%	16.1%	12.4%	14.0%
5	世間・社会	-	6.6%	4.5%	8.7%	10.4%	14.9%	8.9%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	8.9%
7	その他	-	5.7%	6.4%	3.3%	9.1%	14.3%	7.6%
8	どこにもない	-	1.5%	1.7%	1.2%	7.9%	8.1%	7.0%

### (3)心の安らぎや気晴らしを感じる場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	87.3%	86.6%	81.8%	79.9%	71.3%	72.0%	73.9%
2	仕事・会社	7.5%	8.4%	6.2%	5.4%	2.5%	1.2%	5.7%
3	地域・近隣	2.8%	6.3%	3.2%	2.7%	4.1%	5.0%	7.0%
4	個人的友人	40.1%	39.1%	41.6%	39.2%	28.4%	21.1%	22.9%
5	世間・社会	2.8%	3.9%	3.0%	3.3%	3.2%	3.7%	3.8%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	8.9%
7	その他	13.4%	13.1%	14.0%	9.9%	12.0%	13.0%	7.0%
8	どこにもない	0.5%	0.6%	1.0%	1.5%	6.3%	6.2%	7.6%

### (4)生活の中で喜びや満足を感じる場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	65.5%	70.0%	65.5%	68.3%	62.1%	63.4%	72.0%
2	仕事・会社	62.2%	52.3%	49.0%	37.4%	12.3%	11.2%	11.5%
3	地域・近隣	2.7%	3.1%	3.9%	3.9%	9.1%	12.4%	7.0%
4	個人的友人	12.8%	16.8%	22.2%	23.1%	22.4%	18.6%	20.4%
5	世間・社会	5.1%	6.4%	5.4%	4.2%	7.9%	6.8%	9.6%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	5.7%
7	その他	7.2%	9.5%	7.1%	9.9%	11.0%	13.7%	7.6%
8	どこにもない	2.4%	1.5%	1.7%	2.1%	8.5%	6.8%	7.6%

(5)人生観や価値観に影響を与える場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	27.5%	34.8%	34.8%	35.0%	38.5%	41.0%	38.2%
2	仕事・会社	56.7%	53.3%	51.1%	42.5%	14.2%	6.2%	13.4%
3	地域・近隣	4.5%	3.6%	3.8%	5.7%	6.9%	9.3%	10.8%
4	個人的友人	28.9%	30.9%	29.6%	29.6%	28.1%	28.0%	31.2%
5	世間・社会	32.8%	28.8%	26.6%	25.4%	22.7%	24.2%	14.6%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	5.1%
7	その他	6.7%	5.2%	7.3%	7.5%	7.3%	10.6%	5.1%
8	どこにもない	2.6%	4.8%	2.5%	3.6%	11.0%	11.2%	24.2%

(6)生活の目標や目的の場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	78.9%	80.7%	77.1%	68.0%	57.7%	60.2%	39.7%
2	仕事・会社	50.5%	50.2%	44.6%	39.2%	14.5%	8.1%	14.0%
3	地域・近隣	2.4%	3.9%	2.7%	4.8%	6.9%	8.1%	10.3%
4	個人的友人	2.9%	3.9%	5.7%	7.2%	7.3%	7.5%	5.6%
5	世間・社会	14.4%	16.3%	14.5%	15.0%	16.4%	12.4%	10.3%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	4.2%
7	その他	5.3%	4.5%	6.0%	5.7%	12.9%	14.9%	6.5%
8	どこにもない	2.9%	2.1%	1.0%	2.1%	8.8%	11.2%	9.3%

(7)どの場での生活が自分自身を向上させる場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	15.8%	19.6%	19.4%	17.9%	24.0%	39.1%	20.3%
2	仕事・会社	81.1%	76.1%	76.9%	69.3%	25.9%	18.6%	16.6%
3	地域・近隣	6.9%	6.3%	6.2%	6.0%	10.4%	10.6%	9.7%
4	個人的友人	12.2%	16.3%	18.7%	16.4%	15.8%	12.4%	10.6%
5	世間・社会	34.7%	29.3%	25.4%	27.8%	28.7%	28.0%	17.1%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	7.4%
7	その他	4.8%	6.6%	6.5%	6.3%	10.7%	13.0%	7.8%
8	どこにもない	1.9%	2.7%	1.5%	2.7%	11.0%	9.9%	10.6%

(8)自分の可能性を実現したり、何かをやりとげたりすると感じる場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	15.5%	19.7%	21.9%	21.6%	27.8%	26.7%	24.4%
2	仕事・会社	89.7%	85.5%	80.5%	77.2%	32.2%	23.6%	17.4%
3	地域・近隣	6.7%	6.7%	6.4%	4.5%	9.1%	13.7%	9.0%
4	個人的友人	4.1%	3.3%	4.7%	4.8%	9.5%	7.5%	5.0%
5	世間・社会	16.5%	22.1%	17.0%	15.6%	21.8%	23.6%	14.4%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	5.0%
7	その他	7.6%	8.5%	10.6%	9.6%	13.6%	14.9%	9.0%
8	どこにもない	4.1%	2.7%	2.2%	5.1%	12.0%	13.0%	15.9%

(9)自分が役に立っていると感じたり、評価を得ている場

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	家庭	38.6%	45.3%	42.2%	36.5%	37.9%	39.8%	29.1%
2	仕事・会社	86.0%	80.5%	75.8%	74.9%	29.3%	20.5%	17.0%
3	地域・近隣	6.7%	10.2%	7.2%	8.1%	14.5%	17.4%	16.1%
4	個人的友人	6.9%	5.4%	7.9%	8.1%	12.9%	13.0%	7.6%
5	世間・社会	11.4%	9.6%	12.3%	9.6%	18.0%	21.1%	14.3%
6	インターネット	-	-	-	-	-	-	1.3%
7	その他	2.6%	5.1%	4.2%	4.8%	5.0%	8.7%	3.6%
8	どこにもない	4.3%	2.1%	3.2%	3.9%	12.9%	11.8%	10.8%

生きがいを得られる場については、加齢とともに全ての項目で「仕事・会社」が減少し、特に60歳以降に大きく減少する。しかし、今回の調査では、一部の項目で「仕事・会社」の割合が増加に転じていた。

「(1)生活にはりあいや活力をもたらしてくれる場」では、第1回調査時の65.5%から前回第6回調査時には18.0%まで大きく減少したが、今回は21.0%と増加に転じた。これ以外の項目でも、「(4)生活の中で喜びや満足感を感じる場」では前回の11.2%から今回11.5%に増加、「(5)人生観や価値観に影響を与える場」では前回の6.2%から13.4%へ増加、「(6)生活の目標や目的の場」では前回の8.1%から14.0%へ増加していた。現役時代は「仕事」が生きがいの大きな割合を占めており、加齢と共に仕事の比重が下がり徐々に減少してきたが、近年の高齢者雇用の増加により就業の機会が増え、これにより再び「仕事・会社」に生きがいを感じる人が増加していると考えられる。

「家庭」については、「(1)生活にはりあいや活力をもたらしてくれる場」「(3)心の安らぎや気晴らしを感じる場」「(6)生活の目標や目的の場」での割合が減少している。これは、40～50歳代では一家を大黒柱として生活を支え、子どもを育てることに対する「生きがいの場」を得られていたが、仕事を引退し、子どもが独立することにより、家庭における生きがいの場が減少したものと思われる。特に、「(6)生活の目標や目的の場」では、前回60.2%から今回39.7%に大きく減少(▲20.5%)していた。一方、「(3)心の安らぎや気晴らしを感じる場」および「(4)生活の中で喜びや満足感を感じる場」では、引き続き7割程度を維持していた。

「個人的友人」については、「(1)生活にはりあいや活力をもたらしてくれる場」で、前回16.8%から今回27.4%に増加していた。一方、「(3)心の安らぎや気晴らしを感じる場」

では第1回調査時の40.1%から減少傾向で、今回は22.9%まで減少している。また、「(6)生活の目標や目的の場」では加齢と共に増加している。

「世間・社会」については、「(5)人生観や価値観に影響を与える場」と「(9)自分が役に立っていると感じたり、評価を得ている場」「(7)自分自身を向上させている場」が第1回調査以降、年齢とともに徐々に減少していく。一方、「(1)生活にはりあいや活力をもたらしてくれる場」が前回16.8%から今回27.4%に増加していた。

今まで、生きがいの場としての役割が年齢と共に減少してきた「仕事・会社」が、再度、生きがい場として認識されるとともに、「家庭」が生きがいの場から減少している状況が見て取れた。

## 2.2.7 配偶者・パートナーとの関係

### 【問21】配偶者・パートナーとの関係（単一回答）

#### (1) 配偶者は自分のことを応援してくれる

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	-	-	-	46.1%	22.5%	20.5%	19.5%
2	まあそのとおり	-	-	-	48.3%	58.8%	57.6%	57.7%
3	あまりそうでない	-	-	-	4.4%	15.7%	15.9%	15.4%
4	まったく違う	-	-	-	1.1%	3.0%	3.0%	1.6%
5	わからない	-	-	-	-	-	3.0%	5.7%

#### (2) 自分は配偶者の良き理解者である

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	27.0%	24.2%	22.7%	32.3%	20.2%	19.7%	22.0%
2	まあそのとおり	59.1%	63.1%	62.2%	54.3%	58.8%	60.6%	54.5%
3	あまりそうでない	13.4%	12.6%	15.1%	12.3%	18.7%	15.9%	16.3%
4	まったく違う	0.5%	0.0%	0.0%	1.1%	2.2%	2.3%	2.4%
5	わからない	-	-	-	-	-	1.5%	4.9%

#### (3) 配偶者と価値観・考え方が似ている

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	-	11.6%	10.8%	14.8%	11.6%	12.9%	9.8%
2	まあそのとおり	-	44.6%	36.6%	41.9%	37.1%	32.6%	44.7%
3	あまりそうでない	-	39.1%	44.5%	37.4%	39.3%	37.9%	30.9%
4	まったく違う	-	4.8%	8.1%	5.9%	12.0%	15.2%	10.6%
5	わからない	-	-	-	-	-	1.5%	4.1%

#### (4) 配偶者とよく一緒に出かける

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	26.4%	20.9%	31.7%	27.3%	23.2%	22.0%	23.6%
2	まあそのとおり	44.8%	46.2%	37.5%	43.9%	40.8%	42.4%	40.7%
3	あまりそうでない	26.4%	30.5%	27.6%	24.7%	27.7%	25.8%	23.6%
4	まったく違う	2.5%	2.4%	3.2%	4.1%	8.2%	8.3%	10.6%
5	わからない	-	-	-	-	-	1.5%	1.6%

(5)配偶者と会話がある

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	24.4%	19.8%	23.6%	31.0%	23.6%	22.7%	28.5%
2	まあそのとおり	53.4%	60.4%	49.9%	52.8%	53.6%	53.0%	53.7%
3	あまりそうでない	21.4%	19.1%	24.8%	14.8%	18.7%	19.7%	13.8%
4	まったく違う	0.8%	0.7%	1.7%	1.5%	4.1%	3.0%	2.4%
5	わからない	-	-	-	-	-	1.5%	1.6%

(6)配偶者は自分を自由にさせてくれる

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	まったくそのとおり	-	-	-	32.1%	25.1%	26.5%	27.6%
2	まあそのとおり	-	-	-	56.7%	62.9%	56.8%	64.2%
3	あまりそうでない	-	-	-	10.4%	9.0%	14.4%	4.9%
4	まったく違う	-	-	-	0.7%	3.0%	1.5%	1.6%
5	わからない	-	-	-	-	-	0.8%	1.6%

(7)配偶者は自分の親を大切にしてくれない

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
全体		-	-	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	まったくそのとおり	-	-	-	6.3%	4.5%	3.0%	4.9%
2	まあそのとおり	-	-	-	13.4%	15.4%	18.9%	22.8%
3	あまりそうでない	-	-	-	23.0%	26.2%	22.0%	16.3%
4	まったく違う	-	-	-	32.3%	25.5%	42.4%	33.3%
5	わからない	-	-	-	24.9%	28.5%	13.6%	22.8%

(8)配偶者は金銭的にうるさい

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
全体		-	-	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	まったくそのとおり	-	-	-	5.2%	4.9%	3.0%	2.4%
2	まあそのとおり	-	-	-	12.3%	18.0%	18.2%	21.1%
3	あまりそうでない	-	-	-	59.1%	46.4%	41.7%	34.1%
4	まったく違う	-	-	-	23.4%	30.7%	35.6%	39.0%
5	わからない	-	-	-	-	-	1.5%	3.3%

(9)配偶者は自分によりかかりすぎる

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
全体		100.0%	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	まったくそのとおり	3.8%	-	6.1%	2.6%	3.7%	5.3%	4.1%
2	まあそのとおり	26.9%	-	20.2%	23.3%	22.1%	20.5%	22.0%
3	あまりそうでない	62.5%	-	66.1%	53.7%	55.1%	43.9%	39.8%
4	まったく違う	6.8%	-	7.6%	20.4%	19.1%	28.0%	30.1%
5	わからない	-	-	-	-	-	2.3%	4.1%

配偶者との関係を見てみると、「(1)配偶者は自分のことを応援してくれる」「(2)よき理解者である」ことが分かる。さらに、「(3)配偶者と価値観・考え方が似ている」「(4)配偶者とよく一緒に出かける」「(5)配偶者と会話がある」という、良い関係が第1回調査時から継続している。では、「今まで持っていた生きがいが喪失した」理由はどこにあるのであろうか。

## 2.2.8 過去5年間および退職後の出来事

【問25】過去5年間にどのような出来事がありましたか（複数回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
全体		-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	子どもや孫の誕生	-	3.5%	11.3%	19.2%	7.6%	31.7%	26.1%
2	子どもの成人・就職	-	20.5%	47.8%	35.5%	2.5%	3.7%	1.3%
3	子どもや孫との同居	-	-	-	-	-	-	1.3%
4	子どもや孫との別居	-	5.3%	10.8%	13.4%	1.9%	2.5%	1.9%
5	子どもの結婚	-	3.5%	16.0%	21.5%	5.0%	16.1%	10.2%
6	自分自身の入院	-	14.1%	14.8%	10.8%	4.4%	20.5%	20.4%
7	配偶者の入院	-	8.8%	12.8%	7.0%	2.5%	11.8%	8.3%
8	その他の家族の入院	-	28.2%	30.8%	23.3%	4.1%	13.0%	8.9%
9	配偶者の死	-	0.9%	1.2%	0.9%	0.3%	0.6%	1.9%
10	その他の家族の死	-	20.8%	28.6%	24.1%	8.5%	23.0%	15.3%
11	昇進・昇格	-	33.1%	33.0%	17.2%	0.6%	0.0%	0.0%
12	出向・転籍	-	11.7%	19.0%	13.1%	1.3%	1.2%	0.0%
13	中途退職・失業（解雇）	-	-	-	-	1.6%	2.5%	0.0%
14	災害等による資産の減少・経済的困難	-	2.3%	0.7%	1.5%	0.9%	0.6%	3.2%
15	自宅の購入・建て替え	-	18.5%	15.8%	9.3%	2.2%	7.5%	1.9%
16	配偶者の介護	-	-	-	-	-	-	1.9%
17	親の介護	-	-	-	16.6%	4.7%	9.9%	10.2%
18	親との新たな同居	-	-	-	1.7%	0.0%	0.6%	0.6%
19	その他	-	14.1%	8.1%	8.1%	0.3%	1.2%	0.6%
20	いずれもない	-	-	-	-	3.2%	24.8%	39.5%

過去5年間のできごとのうち、第3回調査時（50歳代前半）で子どもが結婚、前回調査から今回調査（60歳代後半～70歳代）にかけて孫が生まれている状況が伺われる。また、自分自身の入院が前回同様約2割を占めており、「配偶者以外の家族の死」（親と推測される）が前回23.0%から今回15.3%に減少、「配偶者の死」が前回0.6%から1.9%に若干増加した。年齢が上がるにつれて、入院等や家族の死という生きがいの喪失理由が伺われる。

一方、退職後から今までのできごとを見てみると、「(1)経済的に苦しくなった」は第3回調査時（50歳代）の46.7%から減少傾向にあり、今回は20.6%まで低下している。「(3)自分や配偶者の健康や体力が衰えた」は、前回の24.1%から今回20.6%に減少しており、健康寿命が延伸する中、70歳代前半ではそれほど体力は衰えていないと考えられる。

今回調査で増加した項目は、「(10)生活のほりや生きがいがなくなった」が13.7%に増加、「(12)今までの人的交流や情報量が減って困った」が15.7%に増加、「(15)時間をもてあました」が26.5%に増加していた。これは、2020年初に世界的に流行した新型コロナウイルス

スの影響により高齢者の生活が一変し、自粛生活で趣味の活動や友人と会うことが減ったことで、生きがいにも影響を及ぼした可能性がある」と推測される。本調査結果に対しては、新型コロナウイルスの発生という特殊要因が影響していることを考慮する必要がある。

### 【問 24】退職後から今までにどのようなことがありましたか（複数回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
	全体	-	-	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
1	経済的に苦しくなった	-	-	46.7%	42.6%	34.3%	29.5%	20.6%
2	住宅問題で困った	-	-	6.7%	2.1%	4.0%	1.8%	2.9%
3	自分や配偶者の健康や体力が衰えた	-	-	33.3%	27.7%	20.6%	24.1%	20.6%
4	配偶者や親の介護が必要になった	-	-	6.7%	17.0%	12.9%	-	-
5	配偶者に先立たれた	-	-	0.0%	0.0%	0.8%	-	-
6	その他の家族の入院や死	-	-	-	14.9%	9.7%	-	-
7	再就職のことで困った	-	-	20.0%	6.4%	10.1%	4.5%	2.9%
8	家族との人間関係が悪くなった	-	-	0.0%	0.0%	2.8%	6.3%	5.9%
9	親との新たな同居	-	-	-	2.1%	2.8%	-	-
10	生活のほりや生きがいなくなった	-	-	6.7%	12.8%	11.7%	1.8%	13.7%
11	所属や肩書がなくなり、淋しい思いをした	-	-	6.7%	6.4%	7.3%	1.8%	3.9%
12	今までの人的交流や情報量が減って困った	-	-	20.0%	19.1%	18.5%	8.9%	15.7%
13	世の中の情報化の進展についていけず困った	-	-	0.0%	0.0%	3.6%	2.7%	5.9%
14	社会から取り残されてしまった	-	-	0.0%	0.0%	2.4%	3.6%	4.9%
15	時間をもてあました	-	-	6.7%	8.5%	17.7%	18.8%	26.5%
16	地域社会にとけこめなかった	-	-	0.0%	0.0%	4.8%	2.7%	2.0%
17	その他	-	-	6.7%	0.0%	1.6%	1.8%	1.0%
18	特に問題はなかった	-	-	20.0%	23.4%	31.9%	42.9%	65.7%

### 2.2.9 収入と退職後から今までの生活の変化

#### 【問 30】昨年1年間のあなたの世帯(ご夫婦合わせて)の年収はいくらですか（単一回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	200万円未満	-	0.3%	0.7%	1.3%	9.1%	6.2%	9.6%
2	200万円以上～300万円未満	-	0.9%	1.2%	1.3%	15.1%	21.1%	12.7%
3	300万円以上～400万円未満	-	2.9%	1.7%	3.2%	16.1%	19.3%	19.7%
4	400万円以上～500万円未満	-	4.1%	5.5%	6.7%	17.4%	18.6%	10.8%
5	500万円以上～600万円未満	-	7.3%	6.5%	10.8%	6.0%	8.7%	12.1%
6	600万円以上～800万円未満	-	30.0%	23.6%	22.2%	12.0%	5.6%	8.9%
7	800万円以上～1000万円未満	-	23.0%	18.6%	22.2%	6.3%	5.6%	3.2%
8	1000万円以上～1500万円未満	-	28.3%	36.2%	27.0%	5.7%	1.2%	3.8%
9	1500万円以上	-	3.2%	6.0%	5.4%	1.6%	1.9%	3.2%
10	わからない	-	-	-	-	10.7%	11.8%	15.9%

世帯年収は、40～50歳代では600万円～1,500万円程度であったものが、60歳代前半では300万円～500万円程度、65歳以降で200万円～400万円程度と変化している。

現在の生活については、50歳代後半以降は「普通」が約半数程度を占めており、前述の設問でも「経済的に苦しくなった」のは約2割に留まっている。

【問 35】現在のあなた自身の暮らしについて、どのように感じていますか（単一回答）

		40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
1	とても楽だ	-	-	6.0%	5.4%	7.9%	5.6%	12.7%
2	少し楽だ	-	-	54.7%	19.0%	18.0%	18.0%	15.9%
3	普通	-	-	0.0%	56.6%	45.1%	48.4%	49.7%
4	少し苦しい	-	-	36.6%	14.9%	21.1%	24.8%	18.5%
5	とても苦しい	-	-	2.7%	4.1%	7.9%	3.1%	3.2%

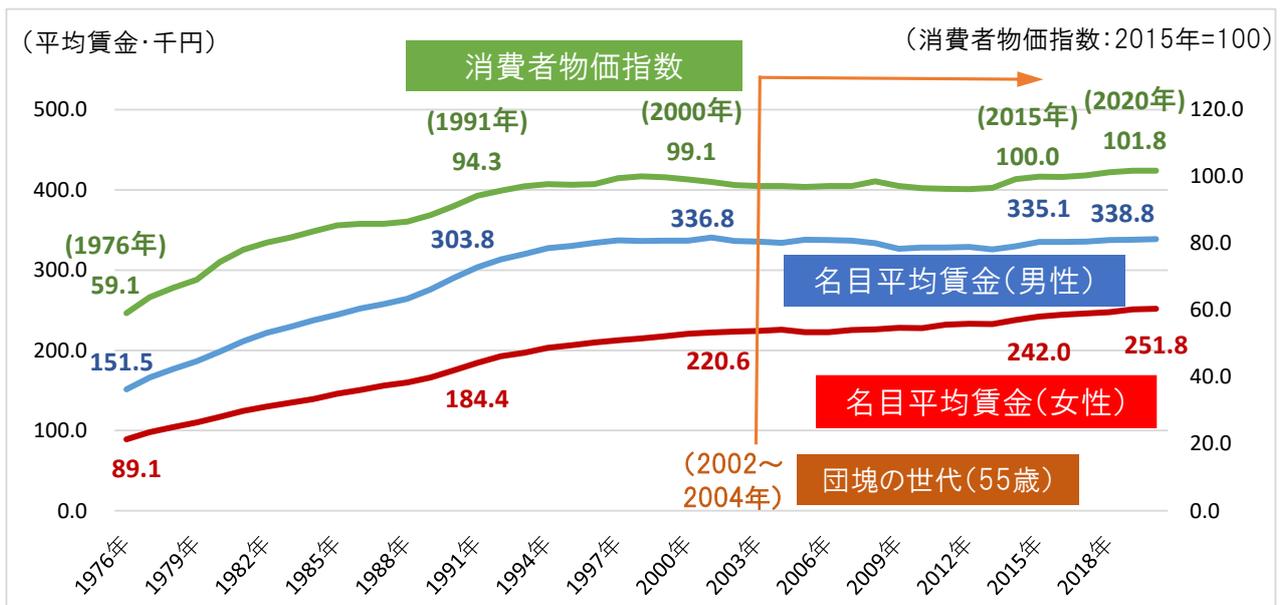
### 3 調査結果からの考察

#### 3.1 団塊世代が過ごした経済環境と雇用環境

経済環境の長期低迷により、2000年代以降、日本の賃金が上がらない状況が続いている〔図表3〕。1976～2000年までの24年間では消費者物価指数<sup>5</sup>が1.68倍に上昇し、これに伴い男性名目賃金2.223倍、女性名目賃金2.476倍と物価の上昇以上に増加していたが、2000年のITバブル崩壊後、消費者物価指数の鈍化に伴い賃金上昇も鈍化し、2000～2020年の直近20年間では消費者物価指数が1.03倍の上昇に対して、男性名目賃金は1.006倍、女性名目賃金は1.141倍の上昇に留まっている〔図表4〕。

なお、女性名目賃金が男性名目賃金に比べて上昇幅が大きいのは、1985年「雇用の分野における男女の均等な機会及び待遇の確保等に関する法律」（いわゆる男女雇用均等法）制定（1986年施行）以降、男女間での賃金格差の解消が進められてきたからである。これに対して、団塊の世代は現役時代を高度経済成長と共に過ごし、賃金上昇の恩恵を受け、2000年以降賃金上昇が停滞し始めたときには既に55歳に達していたため、賃金停滞のデメリットを受けていない世代と言える。

【図表3】賃金と消費者物価指数の推移（1976～2020）



出所：厚生労働省「賃金構造基本統計調査（一般労働者の賃金推移）」および独立財団法人労働政策研究・研修機構「長期統計データ（消費者物価指数）」より筆者作成

<sup>5</sup> 消費者物価指数（Consumer Price Index：CPI）は物価変動を時系列的に測定した指標（総務省統計局が毎月作成）

(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/roudou/chingin/kouzou/z2020/index.html>, 2021.12.7).

(<https://www.jil.go.jp/kokunai/statistics/timeseries/html/g0601.html>, 2021.12.7).

〔図表 4〕 消費者物価上昇率と名目賃金上昇率（1976～2020）

	消費者物価指数 上昇倍率	名目賃金(男性) 上昇倍率	名目賃金(女性) 上昇倍率
1976⇒2020(44年間)	1.72倍	2.236倍	2.826倍
1976⇒2000(24年間)	<b>1.68倍</b>	<b>2.223倍</b>	<b>2.476倍</b>
2000⇒2020年(直近20年間)	<b>1.03倍</b>	<b>1.006倍</b>	<b>1.141倍</b>

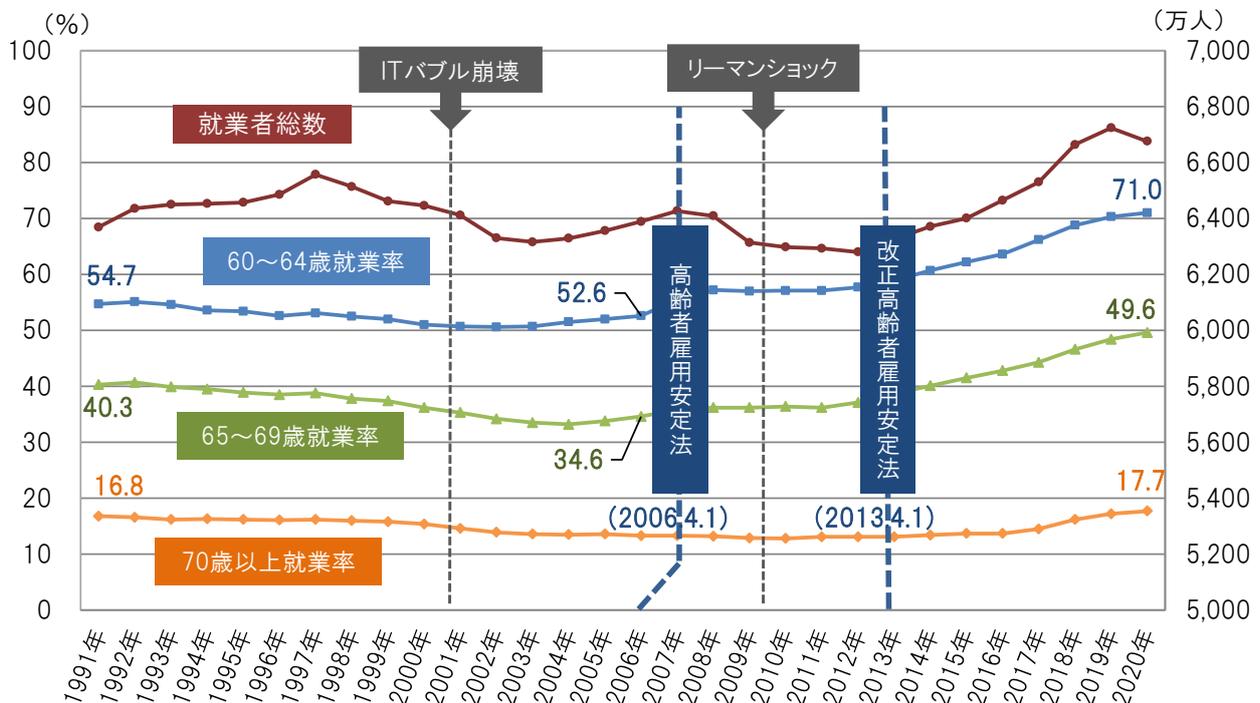
出所：厚生労働省「賃金構造基本統計調査（一般労働者の賃金推移）」および独立財団法人労働政策研究・研修機構「長期統計データ（消費者物価指数）」より筆者作成

(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/roudou/chingin/kouzou/z2020/index.html>, 2021.12.7).

(<https://www.jil.go.jp/kokunai/statistics/timeseries/html/g0601.html>, 2021.12.7).

2000年代以降の賃金が上昇しない環境下、年功序列型賃金体系が崩れ、能力主義的賃金体系への移行が進められたことにより管理職になれないサラリーマンが増え、「賃金」と「職場での地位の高さ」への不満が増加したが、既に管理職になっていた団塊の世代では、賃金や職場での地位に対する不満度が大きく異なる結果となっている。団塊の世代は若い頃から高度経済成長下で仕事をし、物価上昇と共に賃金上昇の恩恵を受けてきた世代である。

〔図表5〕 60歳以上高齢者の就業者数および就業率の推移（1991～2020年）



出所：総務省（2020）「労働力調査長期時系列データ-年齢階級(5歳階級)別就業者数及び就業率(表3の(3))」より作成 (<https://www.stat.go.jp/data/roudou/longtime/03roudou.html>, 2021.12.7).

また、高齢者雇用安定法（平成18年4月1日改正および平成25年4月1日改正）の施行により、65歳までの雇用確保が企業に義務付けされたため（年金支給開始年齢までの経

過措置あり)、団塊の世代は一部で 65 歳までの就業（経過措置あり）が可能となり、「経済的ゆとり」を持ち、生きがいの場を継続することができた。

総務省「労働力調査（2020）年齢階級（5 歳階級）別就業者数及び就業率」によると、60 歳代後半の就業率は 45.6%（2016 年）から 49.6%（2020 年）に増加しており、高齢者雇用安定法の施行（2006 年及び 2013 年）により 60 歳代前半のみならず、60 歳代後半の就業者も増えていることが分かる〔図表 5〕。

さらに、公的年金の支給開始年齢が徐々に 65 歳まで引き上げられる中、団塊の世代は特別支給の老齢厚生年金の報酬比例部分が 60 歳から支給され、定額部分についても生年月日によって男性 63～65 歳支給開始、女性 61～62 歳支給開始で<sup>6</sup>、給与所得と共に公的年金を一部享受できた世代でもある。これからのサラリーマンが公的年金の支給開始年齢が完全に 65 歳となることと比較しても恵まれた世代と言える。

団塊の世代は、このように恵まれた経済環境と雇用環境の中で、現役時代は「仕事・会社」に多くの時間を費やし、「仕事・会社」に生きがいを感じ、そこから生活の充足感を得てきた。定年退職後は、「時間的」「経済的」「精神的」ゆとりを得て、「仕事・会社」に代わり、「子ども・孫などの家庭・家族」や「趣味」「友人・仲間」などに新たな生きがいを見出して、充足感のある生活を送ってきた。

しかし、今後、日本は人口減少に伴い労働力人口が減少していくこととなる。労働力不足への対応は急務であり、団塊の世代を始めとする高齢者等の力を社会に還元する仕組み作りが必要とされている。政府は 2017 年 3 月 28 日に「働き方改革実行計画」を公表し、「一億総活躍社会」の実現を目指している。少子高齢化による国の財政負担が増加していく中、今後の超高齢社会に対応していくためにも、新たな労働力を労働市場に呼び込む政策が求められている。特に、団塊の世代を始めとする高齢者の知識と経験を社会に還元し、社会の新たな活力としていくことが必要であり、今後の超高齢社会への活力「アクティブ・エイジング（Active Ageing）」が求められている。

団塊の世代が本格的に就業から引退し、後期高齢者の仲間入りをしていくため、今後、年金給付費のみならず医療費や介護費等の社会保障給付費が増加していく。この課題への対応策として就業から引退した人を新たな労働力として社会に還元する仕組み作りが必要となる。今回の調査結果からも 70 歳を超えても「仕事」に生きがいを見出す団塊の世代がおり、新たな労働力を「地域」「社会」のために活用していくことこそが、今後の日本の超高齢化社会への対応策に繋がっていくものと考えられる。活力ある地域社会の形成のため、人々が生きがいを持って生活できるように、高齢者の生きがいの場の提供が必要とされ、定年退職者の社会参加を促すような施策の推進が必要となる。

### 3.2 今回の調査結果から見えること

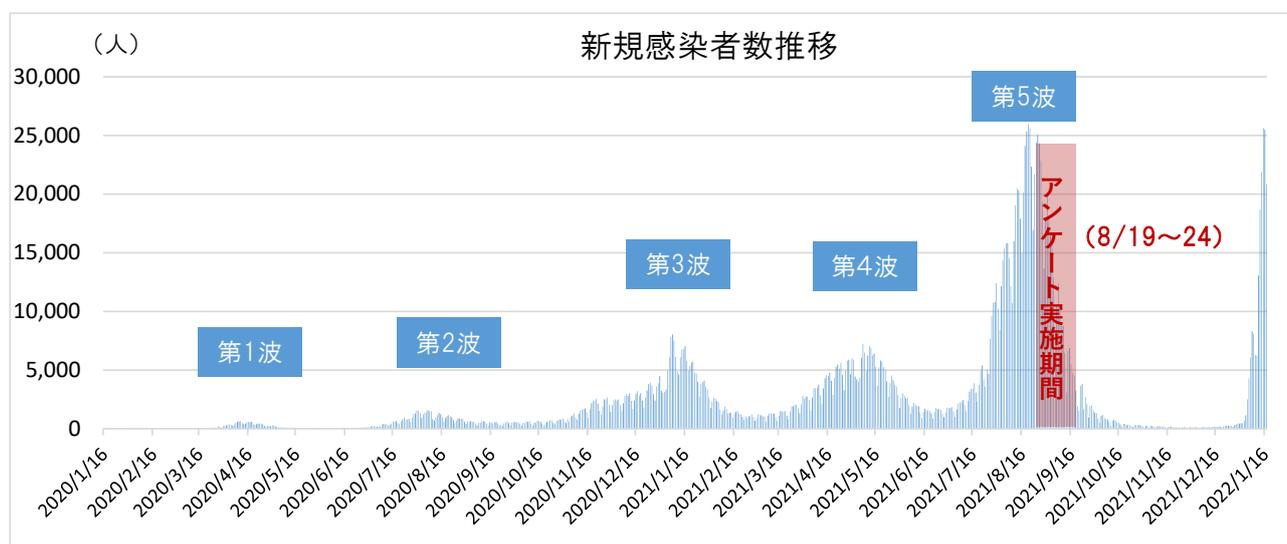
日本は 2000 年の IT バブル崩壊と 2008 年のリーマンショックという二つの大きな経済危機を経験したが、団塊の世代はこれらを上手くすり抜けてきた世代とも言える。しかし、

<sup>6</sup> 公的年金の 65 歳支給開始に伴い、経過措置として厚生年金保険制度から男性 1961.4.1 以前生まれ、女性 1966.4.1 以前生まれの人に対して「特別支給の老齢厚生年金」が支給される。現在、生年月日に応じて定額部分と報酬比例部分の支給開始年齢が段階的に 65 歳まで引き上げられている。団塊世代について報酬比例部分は 60 歳から支給されるが、定額部分については男性 1945.4.2～1947.4.1 生まれは 63 歳、1947.4.2～1949.4.1 生まれは 64 歳、1949.4.2 以降生まれは 65 歳、女性 1946.4.2～1948.4.1 生まれは 61 歳、1948.4.2～1950.4.1 生まれは 62 歳支給開始となっている。

2020年に発生した新型コロナウイルスは、特に当初は高齢者への影響が言われ死亡者数も多く、高齢者の仲間入りをした団塊の世代の生活は、外出規制や趣味の中断、人との接触を避けるための自粛生活が長期間にも及んだ。

今回の調査は、新型コロナウイルスの発生から1年8カ月が経過し、第5波と呼ばれた感染の急拡大が起こった中での調査であり〔図表6〕、これが団塊の世代の生活の満足度や生きがいの回答結果にも大きな影響を与えていると考えられる。第1回～第6回調査では、就業から引退しても生きがいを持ち続ける団塊の世代がいたが、今回は生きがいの保有率が減少に転じ、前は生きがいを持っていたが今は持っていないとする回答が増えた。新型コロナウイルスの影響により、今まで持っていた生きがいを喪失してしまった人も多いと思われるが、特に高齢期となった団塊の世代において、その影響が顕著に表れたものと考えられる。

〔図表6〕 新型コロナウイルス新規感染者数の推移



出所：厚生労働省「新規陽性者数の推移（日別）」より作成

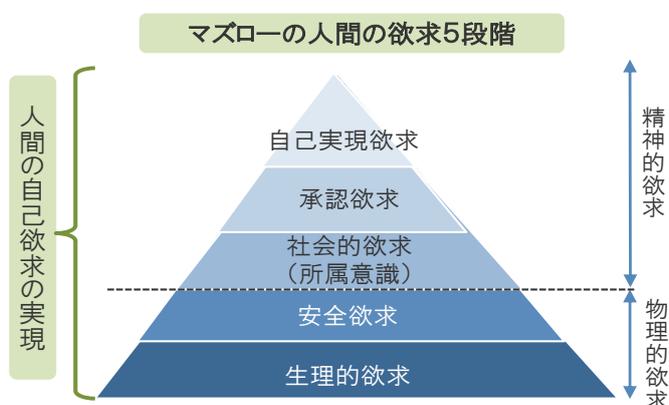
### 3.3 人間の欲求と生きがいの関係性

米国の心理学者、アブラハム・マズロー（1908~1970）は、「人間の欲求には5つの段階がある」とする説を提唱した（いわゆるマズローの欲求5段階説）。まず第1段階の欲求は、人間が生きていくために必要な、基本的・物理的欲求である食欲・睡眠欲等の「生理的欲求」とした。第2段階は、安心安全な暮らしをしたいという「安全欲求」である。第3段階は、友人や家族との関係を持ち社会に帰属したいという「社会的欲求（帰属欲求）」である。これが満たされないと孤独感や社会的不安を感じる事となる。第4段階は、他者から尊敬されたい、賞賛されたい、認められたいとする「承認欲求」である。仕事・会社で出世したいという欲求もこれに当たる。第5段階は、「あるべき自分」になりたいと願う「自己実現欲求」である。自分の自己成長によりなりたい自分になることである。「生理的欲求」、「安全欲求」を物理的欲求、「社会的欲求」、「承認欲求」、「自己実現欲求」を精神的欲求と分類する〔図表7〕。

生きがいは、この人間の欲求の第3段階「社会的欲求」を含めて、それより上の欲求

概念に当たると考えられる。友人や家族との人間関係を持ち、会社や社会に帰属することが、生きがいの保有に繋がる。仕事・会社から引退した後は、新たに帰属する場所が必要となる。それが、友人・家族・地域・社会である。「社会的欲求（帰属欲求）」を満たすことにより生活の充足感を得られるものとする。また、他者から認められたいとする「承認欲求」を満たすためには、会社のみならず、地域・社会の中で他者から必要とされることである。会社や社会に帰属することが、この「承認欲求」を得るための第一歩ともなる。そして、「時間的」「経済的」「精神的」ゆとりを使って、なりたい自分になることである。人生の目標をもって生活することで「自己実現欲求」を満たすことが、生きがいの保有と生活の充足感に繋がる。人は社会との関わりの中でこそ、自分の存在意義を確認できる。そのため、「人とのつながり」が大切となり、新たな人間関係を構築し続ければ、それらから「心の張り」や「満足感」を得ることにより、生きがいのある生活を得ることが可能と考えられる。

〔図表7〕 マズローの人間欲求5段階説



(出所) 筆者作成

### 3.4 今後の超高齢社会に向けて生きがいを持った生活を送るために

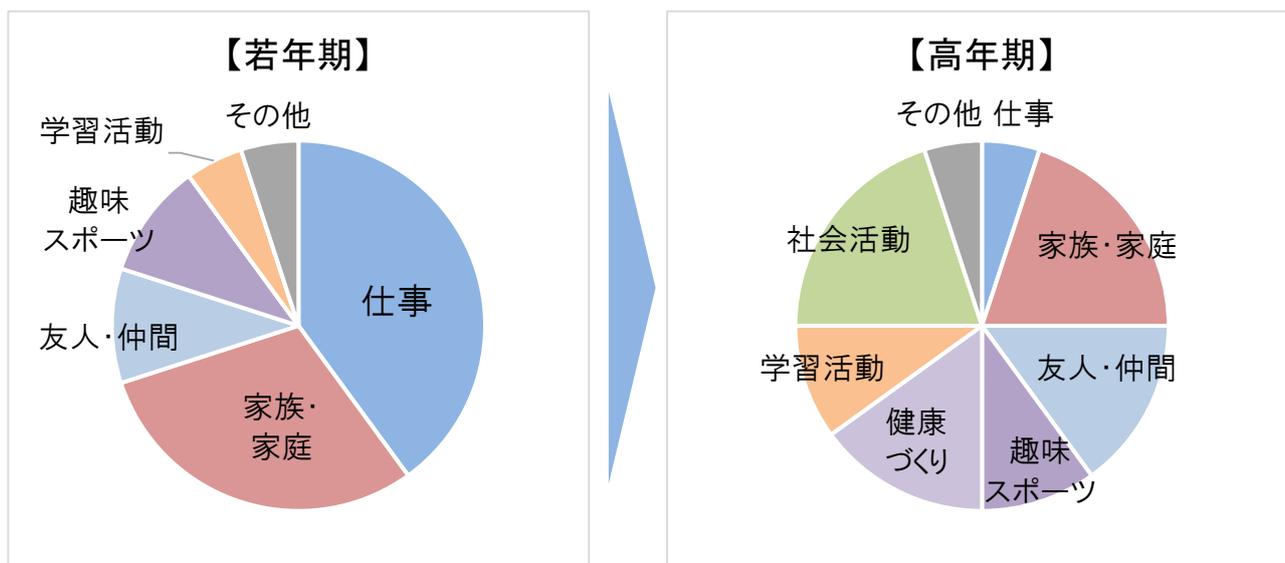
団塊の世代が経験してきたように、高度経済成長期においてはサラリーマンの生活は「仕事・会社」が中心であり、就業している間は主に社宅等に住み、公私ともその大部分を「仕事・会社」に費やしてきた。その見返りとして団塊の世代はマイホームの取得と共に賃金上昇の恩恵を受け、老後生活の保障を「社会」「会社」から得た。しかし、安定成長時代に入ると雇用形態や働き方が多様化し、仕事に対する価値観も変化しており、団塊の世代の生き方がそのまま参考とはならない。しかし、団塊の世代が生きがいを持ち続けられたように、雇用環境、社会環境が変化しても、自分に合った生きがいを見出すことが必要となる。

「ワークライフバランス」という考え方が広がりつつある中、「仕事」と「家族」「仲間」「趣味」「社会活動」等をバランスよく将来にわたり持ち続けることが、生きがいのある生活に結びつく。「生きがい」の対象と「生きがい」を得られる場は、年齢により異なるものと考えられる。若いころは「仕事」に比重をおき、「趣味・スポーツ」などに生きがいを見出すこともでき、「家族」を創り配偶者や子どもに生きがいを見出すこともできる。しかし、全ての人が高齢になっていく中、「社会活動への参加」や「健康づくり」

などに比重を移していくことにより、生きがいを保持し続けることができるのではないだろうか。年齢に応じて生きがいの対象と比重を変化させながら生きがいをもち続ける「生きがいポートフォリオ」の考え方が必要と考える〔図表 8〕。

生活の質（QOL<sup>7</sup>）を維持するために「生きがい」をいかに持ち続けられるかが重要となる。それには、年齢により「生きがい」の対象を変えていくことが「生きがい」を持ち続けられることに繋がるのではないであろうか。

〔図表 8〕 生きがいポートフォリオの変化（イメージ）



出所：筆者作成

団塊の世代は、前回調査まで「生きがい」を保有し続け、高齢期における「生きがい」の新たな場の持ち方を示唆しているものであったが、高齢化に伴い今まで保有していた「生きがい」を喪失する現状も垣間見えた。なお、今回の調査は新型コロナウイルスの感染拡大という状況の中で、趣味や外出を控え、友人・仲間との接触を絶つ自粛生活により、一時的な生きがいの喪失に繋がっている可能性も考慮する必要がある。

今回の回答結果から、自分自身や配偶者の入院等が増加し、家族・配偶者の死亡を経験し始めている状況が伺われ、また、「生きがいを前は持っていたが今は持っていない」とする回答が約 1 割増加しており、生きがいを喪失した状況が垣間見えた。高齢期においては、徐々に「健康」「家族・家庭」が減少していく中、いかに「生きがい」を保有し続けられるようにするのか、団塊の世代の「生きがいの保有」を通して、若い世代に向けての「生きがい」保有の在り方への示唆がある。

高齢化に伴い健康は徐々に失われていく、また、時間の経過とともに家族を失うことも考えなければならない。いかに、生きがいをもち続けられるのか、健康や家族など「なくなるもの（有形資産）」だけではなく、なくなならないもの（再生可能：renewable）に生きがいを見出せれば、生きがいを保有し続けることが出来るかもしれない。

自分の周りで決して「なくなならない生きがいとは何か」、それは「人とのつながり」で

<sup>7</sup> QOL(Quality of Life)とは、生活について、物理的な豊かさのみならず、精神的な豊かさを含めて生活全般について高い満足度を得られるような高い質の生活を意味します

はないだろうか。「家族・家庭」「仲間」のみならず、決してなくなるならない「地域・社会」とのつながりを持つことが大切であると考え。社会活動への参加などにより、地域・社会との関係性を持ち続けられれば、人間の欲求である「社会的欲求」を満たすことができ、さらにその中で他者から認められ、称賛されれば「承認欲求」を得て満足感を得ることができる。常になりたい自分を考え、生きがいの目標を持ち、それに近づき、達成することで「自己実現欲求」が得られていく。

そのためには、常に新しい生きがいを見出していくことが必要となる。新しい生きがいを求めることは、「新しい自分」を見つけることにも繋がる。生きがいは多種多様であり、それが自分にとっての「心の張り」になり、そこから「充実感」「満足感」が得られ、「幸福」な気持ちを得られるものであれば、それはその人にとっての生きがいとなる。それは何処にでもあり、自分で探し出すものでもある。生きがいを見つけることこそ生きがいを持った生活の第一歩となる。

#### 4 おわりに

第1回から第7回調査まで、30年間に亘る「団塊の世代」の生きがいと生活の満足度を通して、生きがいの在り方を考察してきた。第1回～第6回の調査からは、「生きがいを持ち続けるための方策」が、そして、今回の調査からは「なくなる生きがいの保有の大切さ」が浮き彫りとなった。生きがいを持って生活するためには、①年齢と共に生きがいの対象と比重を変化させることにより生きがいを保有し続けること、②保有し続けられる生きがいを持つこと（無形資産としての生きがい）、③常に新たな生きがいを模索し続けること、が必要となる。

生きがいは、個人の生活や心理的要素が複雑に影響するものであり、非常に多様性を持つものである。また、加齢とともに生活が変化し、生きがいの意味や内容も変化していく。経済環境や雇用環境、就業形態が大きく変化し、多様化していく中、多様化する社会に対応できるような生きがい感の構築が必要となる。加齢と共に「仕事・会社」と「家族・家庭」「社会活動への参加」などの割合を変化させる「生きがいポートフォリオ」が必要となる。独身時代は「仕事・会社」「趣味」に比重を置き、結婚後は「家庭・家族」に生活の比重を移し、退職後は「社会・地域」の比重を高めていくなど、年齢に応じて生きがいの対象と比重を変えていくことが生活の充足感にも繋がるものと考え。

生きがいについても、若い頃からいくつもの生きがいを持ち、年齢と共にその生きがいの対象と比重を変えていくことが、生きがいを保有し続けることに繋がる。本調査結果は、生きがいの重心が「仕事」から「家族・家庭」等に変化していく中、人々が何に生きがいを見出し、どのようにして生きがいを得て、その生きがいを将来に亘って保持していくにはどうしたらよいかを示唆している。

平均寿命が延伸し、高齢期の生活期間が長期化する中、生活の質（QOL）を維持するために「生きがい」をいかに持ち続けられるかが重要となる。そのためには、個人として何をすべきか、企業はどのような支援を行うべきか、社会はどのような環境整備を行うべきかについて考えていく必要がある。人々が生きがいを持った生活を送れるようにすることこそが、今後の活力ある日本の超高齢社会への対応策となる。

なお、本稿のうち意見等については筆者の個人的見解であり、所属する組織のもので

はないことを申し添える。

### 参考文献

- 安達正嗣（2004）「高齢者の生きがいとしての家族・親族・地域関係の再構築」『生きがい研究』財団法人長寿社会開発センター，第10号：pp.52-64.
- 厚生労働省「新規陽性者数の推移（日別）」オープンデータ  
(<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/open-data.html>, 2022.1.16).
- 厚生労働省『平成22年簡易生命表の概況』  
(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life10/dl/gaikyou.pdf>, 2021.12.7).
- 厚生労働省「賃金構造基本統計調査（一般労働者の賃金推移）」  
(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/roudou/chingin/kouzou/z2020/index.html>, 2021.12.7).
- 厚生労働省『平成16年高年齢者就業実態調査結果の概況』  
(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/roudou/koyou/keitai/04/index.html>, 2017.5.2).
- 財団法人シニアプラン開発機構（現・財団法人年金シニアプラン総合研究機構）（1992）『サラリーマンの生活と生きがいに関する調査——サラリーマンシニアを中心として』財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構（現・財団法人年金シニアプラン総合研究機構）（1997）『第2回 サラリーマンの生活と生きがいに関する調査——サラリーマンシニアを中心として』財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構（現・財団法人年金シニアプラン総合研究機構）（2002）『第3回 サラリーマンの生活と生きがいに関する調査——サラリーマンシニアを中心として』財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人年金シニアプラン総合研究機構（2007）『第4回 サラリーマンの生活と生きがいに関する調査——サラリーマンシニアを中心として』財団法人年金シニアプラン総合研究機構.
- 財団法人年金シニアプラン総合研究機構（2011）『シニアの社会参加と生きがいに関する事業』財団法人年金シニアプラン総合研究機構.
- 菅谷和宏（2011）「企業年金に関する意識調査」『年金と経済』財団法人年金シニアプラン総合研究機構，30(1)：pp.49-77.
- 清家篤・山田篤裕（2004）『高齢者就業の経済学』日本経済新聞社.
- 総務省（2020）「労働力調査長期時系列データ-年齢階級(5歳階級)別就業者数及び就業率(表3の(3))」より作成  
(<https://www.stat.go.jp/data/roudou/longtime/03roudou.html>, 2021.12.7).
- 富樫ひとみ（2007）「高齢者の社会関係に関する文献的考察—社会関係の構造的特質の検討—」『立命館産業社会論集』42(4)：pp.165-183.
- 独立財団法人労働政策研究・研修機構「長期統計データ（消費者物価指数）」  
(<https://www.jil.go.jp/kokunai/statistics/timeseries/html/g0601.html>, 2021.12.7).

- 内閣府『平成 22 年度 第 7 回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査結果』  
(<http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h22/kiso/zentai/index.html>', 2021.12.7).
- 内閣府『平成 19 年版 国民生活白書』  
([http://www5.cao.go.jp/seikatsu/whitepaper/h19/01\\_honpen/html/07sh020105.html](http://www5.cao.go.jp/seikatsu/whitepaper/h19/01_honpen/html/07sh020105.html), 2021.12.7).
- 直井道子（2004）「高齢者の生きがいと家族」『生きがい研究』財団法人長寿社会開発センター，第 10 号: pp.20-40.
- 福島清彦（2015）「世界一豊かな日本」『21 世紀の日本最強論』文春新書：pp8-36.
- 前田信彦（2006）『アクティブ・エイジングの社会学』ミネルバヴァ書房.
- 前田信彦（2004）「高齢期における多様な働き方とアンペイド・ワークへの評価」国立女性教育会館研究紀要 第 7 号: pp.21-31.